

"Spring inte!"

- Hur främjar pedagogerna småbarns helhetsutveckling för att stärka motionen med rörelse och lek i vardagen

Micaela Pohjola

MASTERARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Det sociala området
Identifikationsnummer:	4334
Författare:	Micaela Pohjola
Arbetets namn:	”Spring inte!” - Hur främjar pedagogerna småbarns helhetsutveckling för att stärka motionen med rörelse och lek i vardagen
Handledare (Arcada):	Ellinor Silius-Ahonen
Uppdragsgivare:	Esbo stad
<p>Sammandrag:</p> <p>Mastersarbetet behandlar pedagogernas möjligheter att främja rörelse och lek i vardagen. Syftet med arbetet är att undersöka hur pedagogerna i småbarnsfostran på ett medvetet sätt kan arbeta för att främja barnens helhetsutveckling med att stärka motionen genom rörelse och lek. Forskningsfrågorna för arbetet är: 1. vilka premisser behövs för att pedagogen kan främja barnens helhetsutveckling genom motion i vardagen och 2: hurudan miljö främjar barnens rörelse och lek. Den teoretiska referensramen är barnpedagogik, med fokus på omgivande miljö och växelverkan i sociala situationer samt lek. Som datainsamlingsmetod användes fokusgruppintervju, där fyra barnträdgårdslärare med erfarenheter av barns rörelsefostran ombads att diskutera om ämnet. Sex ämnen kunde identifieras som meningsfulla i diskussionen: personalens attityder, föräldrarnas attityder, pedagogiskt handlande, pedagogiskt tänkande, naturen samt inomhusmiljön. Fokusgruppintervjun skedde på finska. Efter intervjun analyserades materialet med innehållsanalys.</p> <p>Resultaten av undersökningen visar att barns möjligheter till rörelse och motion i vardagen påverkas av vuxnas attityder, av rollen som pedagog och av miljön. Vuxnas positiva attityder, intresse och modell ökar barns rörlighet. Man får lätt in rörelse och motion i vardagen både under ledd och friare verksamhet. Pedagogiskt medvetet handlande och olika arbetssätt påverkar och möjliggör rörelse och lek. Därmed minskar köandet och väntandet för barn och verksamheten varierar naturligt med rörelse och stillasittande. Barnens delaktighet och samarbete med föräldrarna är viktigt för att främja barns motion. Miljön erbjuder mångsidiga möjligheter till barns rörelse och lek. Daghemsgårdarna borde vara naturenliga, utrymmena tillräckligt stora och intressant material skall finnas för att få användas fritt.</p>	
Nyckelord:	lek, rörelse, småbarnsfostran, pedagogik, miljö, fokusgruppsintervju
Sidantal:	83
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	17.6.2014

MASTER'S THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Social Services
Identification number:	4334
Author:	Micaela Pohjola
Title:	"Don't run!" - How pedagogues support toddlers development in order to enhance physical activities with motion and play in everyday life
Supervisor (Arcada):	Ellinor Silius-Ahonen
Commissioned by:	Espoo city
<p>Abstract:</p> <p>The purpose of this Master study was to view pedagogues facilities to support motion and play in everyday life. More specifically it aims to find out how pedagogues in daycare consciously works to support children's development by enhancing physical activities with motion and play. The research questions of this study are the following: 1. which factors affect the pedagogue's capability to support children's development through motion in everyday life and 2: what kind of environment supports children to move and play. The theoretical frame of references is early childhood education, with focus on environment, social interaction and play.</p> <p>The research method was focus group interview. Four kindergarten teachers with experience of children's teaching strategy in motion were asked to discuss this issue. Six factors were identified to play a special role in the discussion: the personnel's attitude, parents' attitudes, pedagogical action, pedagogical consciousness, nature and indoor environment. The focus group interview was conducted in Finnish. After the interview the data was analyzed with content analysis.</p> <p>The results of the study shows that children's possibility to move and play in everyday life derives from adults' attitudes, from the role of pedagogy and from the environment. Adult's positive attitudes, interests and examples increase children's motion. Physical activities in everyday life can easily be increased through independent and structured activity. Conscious pedagogical actions and different methods affect and make movement and play possible. Through awareness children's queuing and waiting is reduced, immobility and mobility rotates naturally and more motion is used in activities. Children's participation and the collaboration with parents are important in order to enhance physical activities. Environment offers versatile facilities on children's motion and play. The day-care playgrounds should be natural, the spaces big enough and there should be enough of interesting materials at children's disposal.</p>	
Keywords:	play, move, daycare, pedagogical, environment, focus group interview
Number of pages:	83
Language:	Swedish
Date of acceptance:	17.6.2014

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Sosiaaliala
Tunnistenumero:	4334
Tekijä:	Micaela Pohjola
Työn nimi:	”Älä juokse!” - Kuinka pedagogit edistävät pienten lasten kokonaiskehitystä tukemalla liikuntaa arjessa liikkumisen ja leikin avulla
Työn ohjaaja (Arcada):	Ellinor Silius-Ahonen
Toimeksiantaja:	Espoon kaupunki
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Opinnäytetyö käsittelee pedagogien mahdollisuuksia edistää liikkumista ja leikkiä arjessa. Työn tarkoituksena on tutkia kuinka varhaiskasvatuksen pedagogit tietoisesti edistävät työssään lasten kokonaiskehitystä vahvistamalla liikkumista liikkumisen ja leikin avulla. Tutkimuskysymykset opinnäytetyössäni ovat: 1. mitä perusteita pedagogi tarvitsee edistääkseen lasten kokonaiskehitystä arjessa liikkumisen avulla ja 2: minkälainen ympäristö edistää lasten liikkumista ja leikkiä. Työn teoreettinen viitekehys on pikkulapsi pedagogiikka, painopisteenä ympäristö ja sosiaalinen vuorovaikutus sekä leikki. Tutkimusmenetelmänä oli fokusryhmähaastattelu jossa neljää lastentarhanopettajaa, joilla on kokemusta lasten liikuntakasvatuksesta, pyydettiin keskustelemaan kyseisestä aiheesta. Kuusi pääajatusta nousi keskeisesti esille keskustelussa: henkilökunnan asenne, vanhempien asenne, pedagoginen toiminta, pedagoginen ajattelu, luonto sekä sisätilaympäristö. Fokusryhmähaastattelu toteutettiin suomen kielellä. Haastattelun jälkeen aineisto analysoitiin sisällysanalyysin keinoin.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan lasten mahdollisuuteen liikkumiseen ja leikkiin arjessa vaikuttavat aikuisten asenne, pedagogin rooli sekä ympäristö. Aikuisten positiivinen asenne, oma mielenkiinto ja malli lisäävät lasten liikkumista. Arkeen saa helposti lisättyä liikkumista ja liikuntaa sekä ohjatussa että vapaassa toiminnassa. Tietoinen pedagoginen toiminta ja erilaiset toimintatavat vaikuttavat liikkumiseen että leikkimiseen ja mahdollistavat ne. Näin ollen lasten jonottaminen ja odottaminen vähenee sekä liikkuminen ja paikallaanolo vuorottelevat luonnollisesti toiminnassa. Lasten osallisuus ja yhteistyö vanhempien kanssa on myös tärkeää edistääkseen lasten liikkumista. Ympäristö tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia lasten liikkumiseen ja leikkiin. Päiväkotipihojen tulisi olla luonnonmukaisia, tilojen riittävän suuria ja mielenkiintoista materiaalia täytyy olla vapaasti saatavilla.</p>	
Avainsanat:	leikki, liikunta, varhaiskasvatus, pedagogiikka, ympäristö, fokusryhmähaastattelu
Sivumäärä:	83
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	17.6.2014

INNEHÅLL

1	Inledning.....	8
2	Nationella riktlinjer	10
2.1	Grunderna för planen för småbarnsfostran	10
2.2	Motionsrekommendationer	12
2.2.1	<i>Rekommendation om mängden av motion.....</i>	<i>12</i>
2.2.2	<i>Barn utvecklas med lek och rörelse</i>	<i>13</i>
2.2.3	<i>Planering och genomförande av fysisk fostran</i>	<i>14</i>
2.2.4	<i>Miljö, redskap och samarbete som viktiga faktorer</i>	<i>15</i>
3	Tidigare forskning	17
4	Småbarnsfostran och pedagogisk vardag.....	22
4.1	Barns möjligheter till utveckling	23
4.2	Ekologisk systemteori.....	25
4.3	Lek och rörelse	29
5	Studiens syfte, frågeställningar och design	33
6	Metod.....	35
6.1	Fokusgruppsamtal som intervjumetod	35
6.2	Genomgång av undersökningen	38
6.3	Analysmetoden	41
6.4	Etiska reflektioner	42
7	Resultat	44
7.1	Förutsättningar för rörelse och lek.....	44
7.1.1	<i>Personalens attityder.....</i>	<i>46</i>
7.1.2	<i>Föräldrarnas attityder</i>	<i>47</i>
7.1.3	<i>Pedagogiskt handlande.....</i>	<i>48</i>
7.1.4	<i>Pedagogiskt tänkande</i>	<i>50</i>
7.2	Miljö som ramar för verksamheten	54
7.2.1	<i>Naturen.....</i>	<i>55</i>
7.2.2	<i>Inomhusmiljön</i>	<i>56</i>
7.2.3	<i>Redskap</i>	<i>57</i>
7.3	Kärnan i helheten	58
7.4	Sammanfattning av resultaten.....	59
8	Analys och tolkning av studiens resultat.....	61
8.1	Analys av datainsamlingsmetoden	61

8.2	Analys och tolkning i förhållande till tidigare forskning	62
8.3	Analys och tolkning i förhållande till den teoretiska referensramen	69
9	Kritisk granskning och diskussion.....	73
	Källor	78
	Bilaga 1 Intervjuguiden	
	Bilaga 2 Brev till kontaktpersonen	
	Bilaga 3 Brev till gruppmedlemmarna	
	Bilaga 4 Informerat samtycke och bakgrundsinformation	
	Bilaga 5 Ursprungliga citaten	
	Bilaga 6 Exempel på analysen	

Figurer

Figur 1. Den närmaste utvecklingszonen	24
Figur 2. Olika omgivningar som stöder barns lek och rörelse enligt den ekologiska teorin.....	28
Figur 3. Arbetets processbeskrivning	33
Figur 4. Förutsättningar för att främja barns helhetsutveckling genom rörelse och lek.	45
Figur 5. Exempel på metoder för att främja rörelse och motion i vardagen.....	54
Figur 6. Ramar för främjande verksamhet.....	55
Figur 7. Symboliskt hus om faktorer som påverkar rörelse och motion	60

1 INLEDNING

Alla barn har en vilja att utvecklas. Att utvecklas kräver ansträngning - både av barn och vuxna. Den vuxna skall stödja och stimulera, skydda utan att överbeskydda och skapa en miljö runt barnet som främjar barnets lust att utvecklas. (Ellneby, 2003:58). Enligt Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten (2005:10) har alla barn ett internt behov att röra på sig och det är en förutsättning för normal utveckling. Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten (2005:4) rekommenderar minst två timmars ordentlig motion dagligen.

Ännu för 50 år sedan hade barn tre olika sätt att spendera sin fritid, dessa var att spela bollspel på grannplanen, att springa omkring i den närbelägna skogen och att hjälpa till med hemsysslorna. Alternativen för dagens barn har ökat explosionsartat. Med bollspelen tävlar exempelvis 16 tv-kanaler, 200 dataspel ja det egna rummet som är fullt med leksaker. Trots att bollspelen fortfarande är lika roliga som förr i tiden så har leksakernas och dataspelens produktutveckling fått barnen att spendera mer tid med dem. (Nuori Suomi 2011:14)

En del barn deltar i olika idrottsföreningars verksamhet då andra har ett mer stillasittande liv och sitter framför tv:n eller datorn flera timmar dagligen. Hos de barn som rör på sig för lite bör fysisk aktivitet ökas och samtidigt minska stillasittandet. Alla vet att tillräcklig daglig motion minskar risken för övervikt och att insjukna i diabetes, hjärt- och kärlsjukdomar samt sjukdomar i stöd- och rörelseorganen. Av de barn som tillbringar flera timmar av sin vakentid i daghem och förskola har pedagogerna en stor roll i att främja barnens rörelse och motoriska utveckling. Alla barn har ett naturligt behov att röra på sig och det är ett sätt för barnen att lära känna sig själv, andra människor och omgivningen (Grunderna för planen för småbarnsfostran, 2005:27). Barn skall dagligen ges möjlighet att röra sig i den miljön de befinner sig i. Både omgivningen och pedagogerna bör uppmuntra barnen till rörelse och motion. Då motoriska aktiviteter integreras i den dagliga verksamheten gynnas barnens utveckling av inlärningsförmågan. Barnen bör kunna använda olika redskap för spontana aktiviteter som motion och lek. Den omgivande naturen och näromgivningen skall utnyttjas. Ett lekande barn fordrar utrymme och barnen skall även inomhus ha tillfälle till fartfylld rörelse, lek och spel. (Grunderna för planen för småbarnsfostran, 2005:27 f).

Trots rekommendationer och olika styrdokument ser man ofta barn leka på en utsedd liten lekplats eller sitta vid bordet med bordsbunden verksamhet. Det skall helst vara lugnt och stillsamt på daghemmen. Man får även ofta höra i daghem yttranden som "spring inte", "sitt stilla" och "klättra inte". Detta väckte mitt intresse för att ta reda på hur pedagoger kan främja barns motion i vardagliga situationer för att nå de mål som skrivs i nationella riktlinjer samt för att stödja den motoriska utvecklingen och barns utveckling i sin helhet. Uppdragsgivaren, Esbo stads, beställning på arbetet gav mig möjligheten att forska i ämnet som ligger i mitt intresse. Därmed är syftet med forskningen att undersöka hur pedagoger i småbarnsfostran på ett medvetet sätt kan arbeta för att främja barns helhetsutveckling med att stärka motionen genom rörelse och lek.

2 NATIONELLA RIKTLINJER

Kontexten för detta arbete är dagvård och förskola, som intresserar mig mycket. Småbarnsfostran är en helhet som består av vård, fostran och lärande i dagvård och förskola. Barn leker, är fysiskt aktiva och undersöker sin omgivning. Det är pedagogens uppgift att i småbarnsfostran skapa sådana omständigheter och sådan miljö som ger barnet trygghet och stimulans, där barn kan lära känna sig själva och förverkliga sig själva på många olika plan. (Kaskela & Välimäki, 2006:6)

2.1 Grunderna för planen för småbarnsfostran

Grunderna för planen för småbarnsfostran är ett styrmedel på nationell nivå som styr alla former av verksamhet inom småbarnsfostran som den offentliga sektorn erbjuder och övervakar. Syftet med grunderna för planen för småbarnsfostran är bl.a. att alla barn i hela landet får ta del av småbarnsfostran som verkställs på samma grunder samt att styra utvecklingen av verksamheten och kvaliteten. Professionell personal med yrkesinriktad kunskap och likadan insikt är en betydelsefull resurs inom småbarnsfostran. Olika element inom småbarnsfostran är alltså vård, fostran och lärande, där barns lek har en grundläggande roll. (Grunderna för planen för småbarnsfostran 2005:11-12, 16)

Grunderna för planen för småbarnsfostran (2005) styr genomförandet av de mål som på riksomfattande nivå har ställts upp för småbarnsfostran. Det finns därtill Grunderna för förskoleundervisningens läroplan (2010) som bör följas i förskoleundervisningen. Båda styrdokumenterna tar upp inlärningsmiljön samt den fysiska och motoriska utvecklingen.

En omgivning som är mångsidig och anpassningsbar väcker barns intresse att lära sig, stärker barnets naturliga strävan till rörelse och stimulerar att utveckla färdigheter. En fungerande inlärningsmiljö har positiv atmosfär, understöder verksamhet i små grupper, är trivsamt och uppmuntrar barnet att leka, utforska, röra sig, handla och uttrycka sig på flera olika sätt. Inlärningsmiljön ämnar erbjuda passliga utmaningar. En väsentlig del av småbarnsfostran är att förnya barnets inlärningsmiljö. Då skall barnens ålder, utveckling

och olika lösningar och redskap som barnens lekar kräver beaktas. De redskap som finns på daghemmet bör kunna användas av barnen i spontana aktiviteter som t.ex. motion och lek. Ett lekande barn behöver utrymme och man skall erbjuda barnen tillfälle till fartfylld rörelse och lek även inomhus. (Grunderna för planen för småbarnsfostran 2005:22-23, 26, 28)

Barnet lär sig bäst då det med trygga människor får vara aktivt. Ett positivt förhållnings-sätt skapas med vuxna som lyssnar på barnet, barnen ges möjlighet till delaktighet samt barnet får själva välja sina inlärningsmetoder, undersöka, dra slutsatser och uttrycka sina tankar. Att röra sig är ett naturligt sätt för barn att lära känna både sig själva, andra människor och sin omgivning. Medvetenheten om sin egen kropp är grunden till god självkänsla. Välbefinnande och hälsosam tillväxt bottnar sig på daglig fysisk aktivitet. Tankeverksamheten stimuleras och barnet känner glädje vid fysisk aktivitet. (Grunderna för planen för småbarnsfostran 2005:22-23, 27)

I Grunderna för planen för småbarnsfostran (2005:27) definieras fostrarnas roll vid fysisk aktivitet på följande sätt:

Barnet skall ges möjlighet att röra sig dagligen i den miljö där det vistas. Besluten inom den fostrande gemenskapen skall beakta barnets behov av att röra på sig. Omgivningen skall sporra till rörelse och motion. Hinder skall undanröjas i den miljö där barnet vistas och barnet skall lära sig hur man rör sig på ett tryggt sätt i den. Fysisk aktivitet skall vara en del av barnets vardag. Barn som rör sig litet skall uppmuntras till ökad fysisk aktivitet.

Fortsatt menar Grunderna för planen för småbarnsfostran (2005) att av pedagogen ledd regelbunden motorisk aktivitet är viktigt för barns utveckling som helhet. De vuxna bör använda olika undervisningsmetoder i sitt arbete och med jämna mellanrum följa upp barnens motoriska utveckling. Då motorisk aktivitet integreras i verksamheten förbättras barnens möjligheter att lära sig. Om dagvårdsteamet tillsammans funderar ut tänkbara sätt att främja verksamhetskulturen för motorisk aktivitet läggs grunden för lärande i hälsa och motion, vilket gynnar barns inläring. (Grunderna för planen för småbarnsfostran 2005:27)

Daglig, varierande motion är väsentligt för barnen. Barnens fysiska och motoriska kondition, motoriska basfärdigheter samt rörelsekontroll uppövas med motion och lek. Även finmotoriken, handens färdigheter och öga- hand koordinationen förstärks i daglig verksamhet. Barnen i förskolan bör ges möjligheter till både ledd gymnastik och till självständig fysisk verksamhet och lek. Fostraren lär barnen att inse motionens vikt för deras välmående och hälsa. (Grunderna för förskoleundervisningens läroplan 2010:16f)

2.2 Motionsrekommendationer

Motionsrekommendationer för förskoleverksamheten (2005) gäller trots namnet för alla barn under skolåldern. Rekommendationerna är gjorda i samråd med Social- och hälsovårdsministeriet, Utbildningsministeriet och Nuori Suomi ry. Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten är en del av Grunderna för planen för småbarnsfostran, där grunderna beskrivs mer detaljerat. Det vill säga hur man med fysisk aktivitet och lek kan stöda en helhetsbetonad uppväxt, utveckling och inläring för barnen. Motionsrekommendationerna ger direktiv om mängd, kvalitet, miljö och passande redskap vid fysisk verksamhet samt tips till planering och verkställande av fysisk fostran. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:4)

2.2.1 Rekommendation om mängden av motion

Alla barn har ett inre behov att röra på sig. Möjlighet till daglig fysisk aktivitet är en förutsättning för den normala motoriska utvecklingen. Motoriska färdigheter utvecklas då barn i tillräcklig grad får prova och lära sig nya färdigheter samt upprepa tidigare inlärda färdigheter i olika miljöer och med olika redskap. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:10)

Fysisk aktivitet för barn innebär att få vara i rörelse och att leka, som behövs även för god hälsa. De barn som rör på sig lite borde uppmuntras att röra på sig mera. Då den dagliga motionen har minskat i antal och den dagliga energimängden av kost har ökat har det lett till att antalet överviktiga barn ökar ständigt. År 2005 då Motionsrekommendationerna skrevs var antalet överviktiga barn 10-20%. För barn som har någon långtidssjukdom eller är i behov av stöd i sin utveckling är en god fysisk kompetens viktig för helhetsutvecklingen. Den fysiska kompetensen ger möjligheter till jämlikt deltagande tillsammans med andra jämnåriga. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:10)

Under 3-åriga barns motion är i huvudsakligen självvillkorligt rörelse. Detta innebär rörelse som barn utför av egen vilja och nyfikenhet antingen ensam eller tillsammans med andra barn. Den självvillkorliga rörelsen sker som en del av vardaglig verksamhet och vårdssituationer. Den vuxna skall ge barnen utrymme och tid att röra sig enligt det egna behovet alltid då det bara är möjligt. Även för barn som är över 3 år består antalet motion i huvudsak av självvillkorligt rörelse. Den vuxna bör se till att barnen dagligen har flera möjligheter att röra sig i en mångsidig och inspirerande miljö. Minst två timmar ordentlig motion, där man blir andfådd, är det dagliga behovet för barn. Personalen inom småbarnsfostran skall tillsammans med föräldrarna se till att det dagliga behovet uppfylls. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:10 f)

2.2.2 Barn utvecklas med lek och rörelse

Då det centrala nervsystemet utvecklas leder det till att kroppsuppfattningen och -lateraliteten utvecklas. Att kunna gestalta sin egen kropp ligger som grund till kroppsuppfattningen. Kroppsuppfattning innefattar därmed förmåga att känna igen och namnge kroppsdelar, att känna igen kroppskonturerna, kroppens olika sidor samt att korsa kroppens mittlinje. Vid motion och aktiv användning av kroppen utvecklas förmågan att ändamålsenligt bemästra kroppen. En god kroppsuppfattning har en viktig roll i att man utvecklar en positiv självbild. En positiv självbild i sin tur är en förutsättning för en sund självkänsla. Ett barn som har en positiv självbild och sund självkänsla

lär sig i leken med andra barn att ta hänsyn till andra med att reglera både sitt eget agerande och att visa sina känslor. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:13 f).

Det centrala nervsystemets utveckling hör även starkt ihop med den kognitiva utvecklingen, alltså med förmågan att använda olika sinnen, tänkandet och minnet. Att lära sig nytt kräver att kognitiva förmågorna har utvecklats. Olika uppmärksamhetsstörningar och inlärningssvårigheter förknippas ofta med motoriska svårigheter. Planlagd och mångsidig rörelsefostran är det mest meningsfulla sättet för barnen att förebygga möjliga utmaningar vid inläringen. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:14)

Mångsidig och ofta förekommande motion i olika terräng utvecklar barns förmåga och rörelserna blir automatiserade, då behöver man inte konstant fundera på hur man rör sig utan man kan rikta sin uppmärksamhet på annat. Undersökningsresultat visar att goda motoriska basfärdigheter minskar på antalet olyckor hos barn. De motoriska basfärdigheterna är gå, springa, hoppa, kasta, ta lyra, sparka och slå. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:13 f)

2.2.3 Planering och genomförande av fysisk fostran

Småbarnsfostran bör vara organiserad och den bör stöda helhetsmässigt barnens uppväxt och utveckling. Således skall den barncentrerade, mångsidiga och målinriktade verksamheten tryggas med god planering. Daglig rörelse och motion är nödvändigt för barns normala fysiska tillväxt och helhetsmässiga utveckling. Arbetsteamet borde i början av verksamhetsåret tillsammans fundera hur man kan stöda och öka barns självvillkorliga rörelse och den tid som dagligen används till rörelse. Planeringen av rörelsefostran kan delas in i årsplanering, månads- eller veckoplanering samt planeringen av de enskilda verksamhetsstunderna. Med god planering får man även in i rörelsefostran de olika ämnesområdena. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:16 ff)

Pedagogens pedagogiska och didaktiska val påverkar avsevärt barnens motivation under ledd verksamhet. Pedagogen skall ge utrymme för barns egna iakttagelser, forskande och testande. Den vuxna skall även se till att atmosfären är trygg. I valet av undervisningsmetoder bör man se till att alla barn får möjlighet till aktivitet och känslan av att lyckas. Man kan låta barn välja aktiviteter som bäst passar barnets färdigheter. Barn skall vara delaktiga vid planering av verksamhet och regler. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:20 f)

Utvärdering har en central roll i inlärningsprocessen. Alla som arbetar med småbarnsfostran skall planerligt observera barns omfattning och kvalitet av rörelse samt följa med utvecklingen av de motoriska basfärdigheterna. Om den vuxna märker att ett delområde i barnets utveckling är mindre utvecklade skall detta beaktas i planeringen för att stöda barnet. Ofta beror bristfälliga motoriska färdigheter på för lite upplevelser av rörelse och motion. I sådana fall skall personalen i samråd med föräldrarna se till att uppmuntra och ordna flera möjligheter för barnet att på mångsidigt sätt öva upp sina färdigheter. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:21)

2.2.4 Miljö, redskap och samarbete som viktiga faktorer

Det är viktigt att barn tillräckligt får öva motoriska färdigheter så att basfärdigheterna utvecklas. Ett barn orkar upprepa bekanta färdigheter upprepade gånger ifall miljön och redskapen byts med jämna mellanrum. Vuxna skall erbjuda barnen omväxlande lek- och rörelsemiljöer inomhus och utomhus samt både med och utan redskap. Leikkialueiden ohjetiedosto (RT 89-10749) (enligt Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:26 f) definierar att på daghemsgårdarna borde det finnas lekutrymme åtminstone 20m² per barn. På gårdarna borde det åtminstone finnas möjlighet till sandlek, gungor, klätterställning, rutschkana samt spelplan. Ifall utrymmen och gården på enheten inte är ändamålsenliga borde man redigera dem så att de lockar till rörelse. Dessutom skall man aktivt söka utrymmen för rörelse från näromgivningen, t.ex.

närskolornas gymnastiksal. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:26 f)

Redskap som används inom rörelsefostran bör vara av hållbart och giftfritt material. Basredskap som t.ex. bollar, borde finnas så många att under ledd verksamhet har alla barn ett eget redskap till sitt förfogande. Motionsrekommendationer för förskoleverksamhet har en lista på lämpliga redskap för barn i daghemsåldern som kan införskaffas eller själva göras till daghemmen. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:28 ff)

Föräldrarna har en stor roll i barns rörelse och motion. Således skall rörelsefostran utnyttja fostringsgemenskapen. Pedagogerna skall ge föräldrarna information om rörelsens betydelse för barns helhetsutveckling. Dessutom kan man uppmuntra föräldrarna att leka och röra på sig tillsammans med sina barn. Föräldrarnas och personalens eget exempel om aktiva livsvanor samt samarbete med varandra är ett gott exempel för barnen om fostringsgemenskap. Småbarnsfostran har en mycket stor roll i verkställandet av fostringsgemenskapen. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten 2005:31 f)

Barn lär sig hela tiden, både om sig själv och om sin omvärld. Det är pedagogens uppgift att erbjuda barnen upplevelser för att utvecklas mot de mål som ställts i läroplanen. Lärande skall ske i planerad pedagogisk verksamhet där vård, fostran och lärande bildar en helhet. Verksamheten skall tillika vara inspirerande, trygg och givande för barnen. Alla styrmedel som tagits upp i kapitel 2 tar omfattande upp vikten av motion och rörelse. Barnen har ett behov att få röra på sig samt det är en förutsättning för både den motoriska utvecklingen och för helhetsutvecklingen. Pedagogens uppgift är att planera väl dagen så att barn flera gånger dagligen får röra på sig, att barn får röra sig i en mångsidig och lockande miljö, att det finns lagom med redskap, att barnstyrd och vuxenstyrd verksamhet är i balans samt att allt genomsyras av ett positivt förhållningssätt.

3 TIDIGARE FORSKNING

Det har forskats en del om småbarns motoriska utveckling där småbarnsfostrans andel i att uppmuntra barn till fysisk aktivitet är av yttersta vikt. Väldigt lite finns forskat om själva daghemsmiljön ur barnens rörelsesynvinkel. Jag gjorde en litteratursökning i databaserna Google Scholar, THL och Arto. Hittade sammanlagt åtta arbeten som var av intresse. Som sökord använde jag orden motorik, småbarnsfostran, motoriikka, varhaiskasvatus samt meningarna stödja barns lek och rörelse i vardagen och motorisk utveckling i vardagen. De träffar som var av intresse hittade jag på Google Scholar.

Nuori Suomi ry är en aktiv förening som har gjort nationella utredningar samt har skrivit flera rapporter om barn och fysisk aktivitet. Nuori Suomi har tillsammans med andra idrottsföreningar grundat en ny takorganisation Valo sommaren 2012. Valtakunnallinen liikunta ja urheilu organisaatio ry - Valo, startade sin verksamhet 1.1.2013. Organisationens uppgift är bl.a. att påverka på samhällelig nivå och deras vision är "Olemme maailman liikkuvien urheilukansojen 2020", fritt översatt "Vi är världens mest rörliga idrottsfolk 2020". (Valo)

Nuori Suomi har bl.a. varit med om ett utvecklingsprojekt där barn och ungdomar hos vilka motion har blivit försummat skulle fysiskt aktiveras. I projektet har medverkat flera professionella deltagare, undervisnings- och kulturministeriet samt social- och hälsovårdsministeriet. Enligt rekommendationerna borde fortlöpande stilla varande begränsas till två timmar, innefattande skärmtiden. Sammanfattningsvis kan från undersökningen konstateras att över hälften av barnen och ungdomarna i undersökningen rör sig inte tillräckligt. Även av de barn som idrottar rör sig hälften under motionsrekommendationerna. Av de barn som rör sig mycket lite eller inte alls är en femtedel pojkar och en fjärdedel flickor. I ungdomen stiger proportionellt antalet individer som rör sig mycket lite. Orsaker till ovilja att röra på sig kan vara olika psykiska, fysiska och sociala orsaker. (Karvinen, Rätty & Rautio 2010:4 f)

Enligt Lasten terveystutkimuksen (2010:105) som gjordes i Finland använder barn i lekåldern mera tv och dator under helgerna. Av treåringarna satt 13 % av pojkarna och 5 % av flickorna framför tv:n eller datorn över två timmar på helgerna.

Motsvarande andel bland femåriga pojkar var 28 % och flickor 21 %. (Lasten terveys 2010:105)

I LATE-undersökningen forskades även om barn deltar i hobbyverksamhet och hur det är med barnens kamratrelationer. Av de treåringar som var med i undersökningen deltog en fjärdedel en gång i veckan i någon hobbyverksamhet, 12 % deltog två till tre gånger i veckan i någon hobby. Av femåringarna hade 24 % en gång i veckan hobbyn och en tredjedel hade hobbyn två till tre gånger i veckan. Föräldrarna till tre och femåringarna ansåg att deras barn överlag har lätt att få nya vänner och har lätt att delta i lekar med flera barn. Bland föräldrar till femåringarna ansåg 8 % att barnet har svårt att få vänner samt 4 % av flickorna och 9 % av pojkarna hade svårt att delta i lekar med flera andra barn. (Lasten terveys 2010:128)

Jyrki Reunamo (2011), professor i pedagogik, är med i Helsingfors universitetets orienteringsprojekt som är ett forsknings- och utvecklingsprojekt om småbarn och dagvård i Finland och Taiwan. I Finland deltog åtta kommuner från Södra Finland. Kommunerna var Kervo, Träskända, Tusby, Mäntsälä, Borgnäs, Nurmijärvi, Hyvinge och Tavastehus. (Halme:2011). Orienteringsprojektets syfte var bl.a. att ta reda på vad som sker i finsk och taiwanesisk dagvård, att studera hur barnens aktivitet, kompetens och relationer påverkar verksamheten samt forska hur pedagogerna och inlärningsmiljön är relaterade till verksamheten (Orienteringsprojektet).

Orienteringsprojektet redogör bl.a. för barnens motion och rörelse under förmiddagen i dagvården. Aktiv rörelse mellan klockan åtta och tolv sker under bara 10 % av tiden, alltså 24 minuter. Här finns medräknat utevistelse, gymnastikstunderna, rörelsestunderna och utflykterna. Största delen av tiden, 56,1 %, är barns aktivitetsnivå lågt. Här sker aktiviteter som sittande, pennanvändning och matsituationerna. Medelmåttig motion sker under 33,8 % av förmiddagen, här räknas bl.a. promenader. I direkt pedagogisk verksamhet inomhus är barns fysiska aktivitet lågt, 7,3 % av tiden. Aktiv rörelse och motion sker under 6,6 % av undervisningstiden, vilket är 16 minuter av förmiddagen. (Saros 2012)

Barnens sociala färdigheter i relation till sina vänner påverkar deras fysiska aktivitet. I orienteringsprojektet kom det fram att barn som är aktiva socialt är även fysiskt aktiva och aktiva barn hittar lätt varandra. Tillbakadragna och blyga barn är fysiskt mer passiva och bland fysiskt aktiva barn blir dessa barn ännu mindre aktiva fysiskt. Således borde utgångspunkten vid ledda rörelsestunder vara den sociala gemenskapen i gruppen och positiv atmosfär. Ibland kan det vara bra att ta de mer passiva barnen med liknande personlighet som en egen liten grupp. Man borde erbjuda barnen rum och möjlighet till lek och rörelse som stöder initiativförmågan och självständighet till fysisk aktivitet. (Lehto 2012)

Under daghemsdagen består utevistelsen tidsmässigt av lika stor del som den direkta pedagogiska verksamheten enligt Orienteringsprojektet. Utevistelsen borde få lika mycket av planeringsresurserna som den pedagogiska fostringsverksamheten. Som fråga ställs om man borde se de vuxnas roll och förhållande med tanke på utevistelsen från en ny synvinkel. (Kehitystehtävät ja ratkaisumallit)

Osnes, Skaug & Kaarby (2012) är högskolelektorer i fysisk fostran vid förskollärarutbildningen i Oslo, Norge. De beskriver lek och lärande som två sidor av samma sak och talar mycket om den kroppsliga leken. Lektorerna beskriver skillnaden mellan ordningslek och kaoslek. Ordningsleken är mer stillsam och sker i lugna former, många vuxna kallar denna lek för den ”goda leken”. Den fortgår ofta avsides i ett hörn av rummet, uppe i ett träd eller inne i en buske. I kaosleken är barnet i aktiv rörelse och ofta i fysisk kontakt med andra barn. Många vuxna kallar leken för ”jobbig lek” då den är utrymmeskrävande och högljudd. Det är egentligen en felaktig tolkning av vuxna då barnen upplever leken som lustbetonad och betydelsefull. Förtjusningen i de sensomotoriska erfarenheterna motiverar till lek och sporrar till nya utmaningar, som att hoppa från allt högre höjder, snurra snabbare eller åka i en brantare backe. Rörelsesinnena stärks, motoriken utvecklas och barnen lär känna sina kroppsliga gränser för vad de har mod till och kan. (Osnes, Skaug & Kaarby 2012:7, 12, 16, 128 f)

I Norge har professor Ingunn Fjørtoft (2001) forskat mycket om barns rörelse i naturen. Fjørtoft & Reiten (2003) skriver att barn har en intuitiv perception att tolka och ta i bruk naturen. Naturen ger barnen möjligheter och utmaningar till olika typer av lek och fy-

sisk aktivitet. Naturen erbjuder barnen många element som tilltalar dem, bl.a. kan naturen kännas som ny, som något ovanligt och överraskande samt ger möjligheter till mycket utforskande. Terrängen ger barnen ständigt nya utmaningar som de efter hand lär sig att bemästra. Barn söker ideligen nya utmaningar i terrängen och utnyttjar de möjligheter som naturen ger till lek och fysisk aktivitet. Barn som leker i naturen blir mer kreativa och aktiva (Fjørtoft, 2001:112). I naturen uppstår situationer mellan barnen som de försöker lösa tillsammans och de vuxna blir delaktiga i barns vardag. Alla dessa utmaningar och aktiviteter som naturen erbjuder påverkar deras fysik och därmed stimulerar deras motoriska utveckling. (Fjørtoft & Reiten, 2003:23-24, 27-28)

Då barn leker ute i naturen uppstår det färre konflikter än i inomhusleken. Orsakerna kan ligga i god tillgång på utrymme och material samt individuella lekmöjlighet till alla. Det stora utrymmet i naturen ger även mera rum för stöj och ljud. Då barn leker har de ljud, de ropar, skriker, imiterar ljud och sjunger. Alla dessa ljud hör naturligt till leken och inomhus blir barn ofta nertystade. (Fjørtoft & Reiten, 2003:26)

Fjørtoft har varit med och utfört ett kvasiexperiment med fem till sjuåriga daghemsbarn i Telemark, Norge. I experimentgruppen deltog 46 barn från ett daghem som erbjöds fri lek och mångsidig aktivitet i den närliggande skogen. Gruppen var i skogen ett till två timmar dagligen under deras utevistelse. Två referensgrupper med 29 barn per grupp valdes från två närliggande daghem. Referensgrupperna använde för det mesta den egna daghemsgården under utevistelsen. Båda daghemmen hade liknande daghemsgårdar med sandlåda, gungor, gungbräda, rutschkana och klätterställning. Undersökningen varade i nio månader, från september till juni. Barnens motorik testades i början och i slutet av undersökningen. (Fjørtoft, 2001:112)

För denna studie mest centrala resultaten från Fjørtofts undersökning inringas i detta stycke. Terrängen i skogen utnyttjades olika under olika årstider. På vintern hade berget en funktion som backe att åka i och under andra årstider hade berget flera andra funktioner. Fri lek blev kreativt då naturen erbjöd olika material att leka med. Bakgrundsvariabler som föräldrarnas utbildning och yrke eller barnens kön hade ingen signifikant betydelse för resultaten. Testet som utfördes i början av undersökningen visar att referensgrupperna klarade sig bättre än experimentgruppen. I testet som gjordes i slutet av

undersökningen hade experimentgruppen högre poäng på alla punkter i testet än referensgrupperna, vilket betyder att de hade gjort betydliga framsteg. Referensgruppernas framsteg var inte så påfallande. Således hade barn som använde skogen som lekplats bättre motoriska färdigheter än de barn som lekte på traditionella daghemsgårdar. Signifikant inverkan konstaterades i experimentgruppens balans och koordination. Dessa färdigheter är viktiga att generellt kunna bemästra sin egen kropp i relation till den fysiska miljön. Skogen i sig representerar en miljö som lockar till lek och lärande samt stimulerar motorisk utveckling. (Fjørtoft, 2001:114-117)

Ericsson (2008) har skrivit doktorsavhandling om motorik, koncentration och skolprestationer, med samma namn. I doktorsavhandlingen beskrivs bakgrunden till studien, som var ett utvecklingsarbete som fick sin början i Lund, Sverige, och kallades MUGI – Motorisk Utveckling som Grund för Inläring. Utvecklingsarbetet gick ut på att förskolebarn från tre förskolor fick regelbunden ledd motorisk träning en timme i veckan. Därtill hade förskolan rörelseträning med barnen som planerades utgående från de barn som observerats vara i behov av motorisk träning i större grad. Även föräldrar fick tips på lekar de kunde stimulera barnen med på fritiden. De barn som behövde extra motorisk träning i årskurs ett fick stödundervisning i motorik en timme i veckan. (Ericsson 2008:16). Ericsson och Lindström (enligt Ericsson 2008:16) har rapporterat att då MUGI-projektet utvärderades kunde man visa att extra motorisk träning påverkade positivt grovmotoriken, finmotoriken, perceptionen och förmågan att minnas detaljer.

Den bild jag fick på basen av den tidigare forskningen är att barn rör sig alldeles för lite, till och med hälften av de barn som har idrott som hobby rör sig för lite i jämförelse med rekommendationerna. I verksamheten i småbarnsfostran är den fysiska aktiviteten låg största delen av tiden. I planeringen av verksamheten borde utgångspunkten för rörelsestunderna vara den sociala gemenskapen för att få även de mindre aktiva barnen mer aktiva och även utevistelsen borde beaktas i planeringen. Pedagogen har således en avgörande roll i barns rörelsefostran och att det finns tillräckligt med lek och rörelse i vardagen. Resultaten gällande naturens positiva inverkan på barnens motoriska utveckling var ingen överraskning. Tycker att jag hittade tillräckligt med tidigare forskning med tanke på min egen forskning. Ville hålla mig till forskning från Skandinavien där småbarnsfostran, miljön och årstiderna är jämförelsebara med de finska förhållandena.

4 SMÅBARNSFOSTRAN OCH PEDAGOGISK VARDAG

Den teoretiska referensramen i detta arbete är den barnpedagogiska. Det innebär att den pedagogiska verksamheten skall utgå från barns perspektiv. Alla barn skall ges en möjlighet att på bästa möjliga sättet få lära och utvecklas utifrån sina egna förutsättningar och intressen. Pedagogen bör utgå från barnets perspektiv samt väcka barnets intresse och följa de mål som styrdokumentet ställer. Den pedagogiska verksamheten skall stöda barns lärande och pedagogen skall förena barnets och samhällets mål för lärande, så att barnet värnar om lusten och viljan att lära sig genom livet. (Pramling-Samuelsson & Sheridan 2006:27). Då man har förståelse för barns perspektiv kan man låta barnen vara ostört med det de är upptagna med, lika gärna som man utgående från barnens möjligheter kan gå in i interaktion med dem. Således handlar detta om att ge barn förutsättningar att ta kvalitativa steg i sitt lärande. För barnperspektiv behövs både ödmjukhet och lyhördhet av den vuxna för alternativa tolkningar. (Pramling-Samuelsson & Lindahl (1999:12, 17)

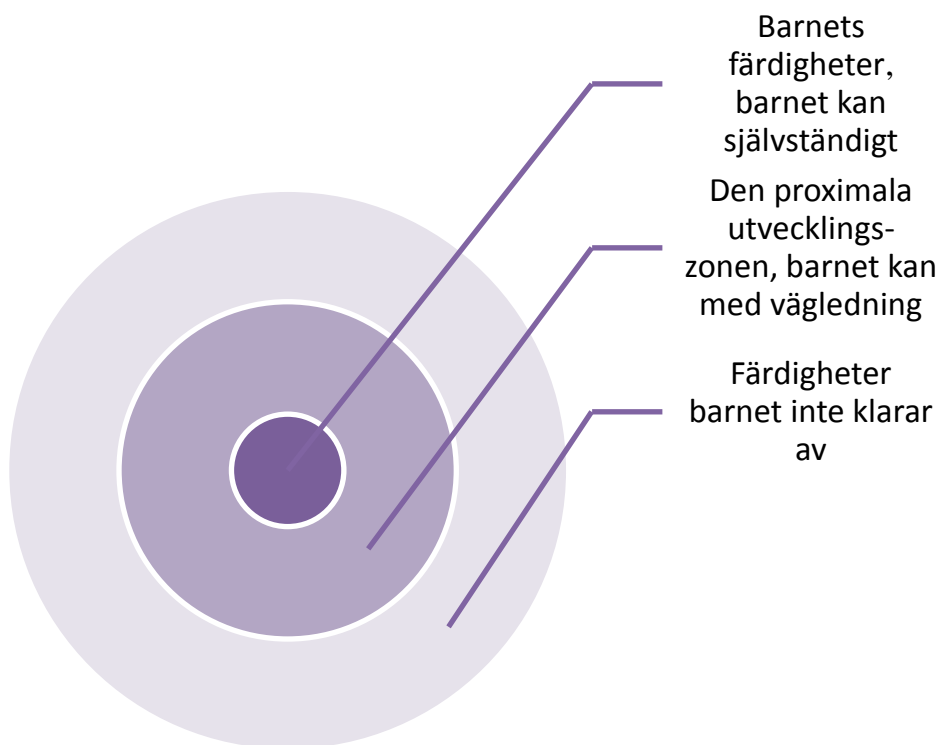
Nedan redovisar jag om de teoretiska perspektiv som jag anser vara relevanta för min studie. Jag skall undersöka hur pedagoger kan främja barns helhetsutveckling genom lek och rörelse i vardagen. Det ligger i mitt intresse att inrikta mig på det som barnet självständigt kan prestera och det som barnet kan klara i samarbete med ett annat barn eller en vuxen. I min undersökning har jag valt att stödja mig på Lev Vygotsky (1896-1934) som är en av pedagogikens och psykologins stora genier. Vygotsky hade ett sociokulturellt perspektiv på lärandet och han såg omgivningen som avgörande för barnens utveckling (Bråten 2011:14, 23). För att bättre förstå hur barnet påverkas av de olika omgivningarna runt sig har jag valt att titta närmare även på Bronfenbrenners (1917-2005) ekologiska modell. Jag har dessutom valt att stödja min undersökning på olika lekteorier, bl.a. på Erik Homburger Eriksons (1902-1994) lek teori. Han anser leken som ett utvecklingsfenomen och inte bara som ett beteendefenomen.

4.1 Barns möjligheter till utveckling

Skillnaden mellan barnets självständiga insats och det som barnet kan prestera i socialt samspel berättar åt oss om barns utvecklingspotential. Vygotsky lanserade begreppet ”den närmaste utvecklingszonen” för att ge en bild av denna potential. Denna utvecklingsteori behandlar både utveckling och undervisning. Vygotsky menar att barnets kompetens inte kan uppfattas utifrån den utvecklingsnivå där det just då är, utan barns kompetens skall ses ur två perspektiv, alltså den aktuella utvecklingsnivån samt den närmaste utvecklingszonen. (Bråten 2011:23; Vygotsky 1978:87)

Vygotsky tolkade allt lärande och all kunskapsförmedling som kulturöverföring. Utmaningen är att göra det meningsfullt, att undervisningen motsvarar barnets aktuella och potentiella utvecklingsnivå och att kunna klargöra nyttan och värdet av det kulturellt givna innehållet som skapar en ny mening för barnet. (Bråten 2011:109). Förutom pedagogens metoder är synen på pedagogens roll avgörande. Pedagogen skall kunna ordna en lärandemiljö som stimulerar och kunna utnyttja barnens möjligheter att gestalta sitt potentiella utvecklingsområde i samspel med andra. Kännetecknande för barn i en potentiell utvecklingszon är deras intresse och engagemang. Barnen upplever inläringen som meningsfullt ur sin egen synvinkel. (Partanen 2007:53, 59)

Kompetensen är en följd av kognitiva processer som redan har skett och i förhållande till den aktuella utvecklingsnivån kan man förutse vidare utveckling, den potentiella utvecklingsnivån (Se Bråten 2011:105). Den potentiella nivån betyder en nivå som är nåbart för barnet som det under vissa förutsättningar kan nå. Samarbete eller samspelet med mer kapabla personer anses ha betydelse i utvecklingen. Vygotsky avser att barnet i samarbete med en vuxen eller mer skickliga kamrater kan åstadkomma mer än det kan klara av på egen hand. Det barnet klarar av med hjälp just nu, kommer det senare att kunna klara av självständigt. (Bråten 2011:23, 104-105; Vygotsky 1978:86). Enligt Vygotsky (1978:86) kan de färdigheter som är under utveckling kallas för knoppar eller blommor av utveckling snarare än frukter av utveckling. Med figur 1 avbildar jag det som avses med barnets färdigheter, utvecklingspotential och det som barnet ännu inte klarar av.



Figur 1. Den närmaste utvecklingszonen.

Utvecklingsområdet kan vara olika stor för barn som kommit lika långt i sin självständiga utveckling. Således är individualisering viktigt, man skall observera barnets självständiga färdigheter och försöka förstå i vilken utvecklingsfas barnet är samt samtidigt kunna se hur barnet kunde vägledas av både pedagogen och kamrater inom det potentiella utvecklingsområdet. (Partanen 2007:53 ff). Samarbetets betydelse i utvecklingen är inte det viktigaste utan närmast den potential för vidare lärande som ligger i samarbetet. Barnet lär sig genom samspelet. Med detta som utgångspunkt gör Vygotsky gällande att utveckling sker genom lärande och man kan i flera situationer säga att det är lärandet som styr utvecklingen. (Bråten 2011:23, 104-105)

Vygotsky tillstyrker en sådan undervisning där aktivt samspel med pedagogen och barnet stimulerar barnet att nå allt högre i sin utveckling. Imitation är en bra förutsättning för lärande. Man skall inte se imitation som en svaghet hos barnet utan som en signal på att en utvecklingsprocess är i gång. Imitation kan ses som en konstruktiv och selektiv

process där barnet väljer själv det som skall imiteras och det sker alltid i förhållande till den potentiella utvecklingsnivån. Färdigheter som ligger långt före barnets utveckling har barnet ingen nytta av att imitera. (Bråten 2011:108; Se Vygotsky 1978:88). Om barnet bara får fungera inom det utvecklingsområde som det redan behärskar, sker inte likadan utveckling utan för barnet är det frågan om repetition som kan börja kännas tråkigt till slut. Då sker det en fördröjning i utvecklingen av den närmaste utvecklingszonen. (Partanen 2007:53; Vygotsky 1978:89)

Vygotsky framhåller att barnet lär och utvecklas i omgivningen i samspel med andra samt att lärande är som kulturöverföring. Psykolog Urie Bronfenbrenner har överensstämmande tankar om barns utveckling. Han anser att utveckling sker i växelverkan mellan barnet och miljön. Barnets liv berörs även av kulturen och lokalsamhället. Båda teoretiker lyfter fram de sociala sammanhang där barnet lever i. Barnet skall få vara aktivt och delaktigt samt påverka och bli påverkad av omgivningen och samhället. I stycket nedan tar jag närmare upp Bronfenbrenners teori som behandlar omgivningens påverkan på barns utveckling.

4.2 Ekologisk systemteori

Samarbete mellan dagvården och hemmet är viktigt. För att inse vikten i ett gott samarbete har jag valt att fördjupa mig i Bronfenbrenners ekologiska teori. Bronfenbrenner har barnet som utgångspunkt och forskar i barnets relation till omvärlden. Olika sociala grupper spelar en stor roll i barnets dagliga liv. Barnets positiva utveckling kräver samarbete mellan hemmet och daghemmet för att de tillsammans kan stödja barnet. Viktiga är likaledes andra familjer i närmiljön, som exempel grannar. Barnets liv påverkas även av den större gemenskapen, som lokalsamhället och kommunen. (Bronfenbrenner 1976:12, 149, 160-168)

Den ekologiska teorin är en teori om människans utveckling. Samtidigt beskriver den människans socialisation i samhället. Teorin är en systemteori med vars hjälp man kan behandla flera miljöfaktorer och flera personers växelverkan, roller, funktioner och pro-

cesser. (Härkönen 2008:23-24, 25). Den ekologiska teorin ger akt på den utvecklande individens växelverkan med olika uppväxtmiljöer. Ur pedagogisk synvinkel är det i denna växelverkan frågan om pedagogiska händelser som sker mellan det utvecklande barnet och personer eller samhällen med fostrande roll. Teorin hjälper att analysera och förstå betydelsen av de olika nivåer i miljön som har med utveckling och fostran att göra. Utgångspunkten i teorin är alltså antagandet att utveckling sker i växelverkan mellan individen och miljön. (Puroila & Karila 2001:204 f). Hujala, Puroila, Parrila och Nivala (2007:18) konstaterar att individen kan förstås bara som en del av sin egen omgivning samt barns uppväxt och uppväxtmiljö är från varandra oskiljaktiga företeelser. Då man studerar om ett ämne som handlar om barn måste man beakta de omständigheter där barnet lever i. Efter den informationen som grund kan man alltid bygga upp en förståelse om barnets uppväxt och lärande samt uppskatta fostrans och uppväxtens möjligheter. (Hujala m.fl. 2007:18)

Omgivningen, eller den ekologiska miljön, uppfattas som fortlöpande nivåer som får rum inuti en annan nivå, dessa kallas mikro-, meso-, exo- och makrosystem (Puroila & Karila 2001:207 f). Dessa nivåer definierar Bronfenbrenner enligt följande:

Mikronivå är en nivå som innefattar det utvecklande barnets direkta näromgivning som hemmet, dagvårdsgruppen, gårdskompisar eller hobbygrupp. Nivån formas av relationer mellan verksamheter, roller och personer, som barnet upplever i sin omgivning. Barnet är själva en aktiv deltagare i samspelet med andra. (Bronfenbrenner 1979:132, 164 f; Puroila & Karila 2001:208; Saarinen, Ruoppila & Korkiakangas 1994:88 f)

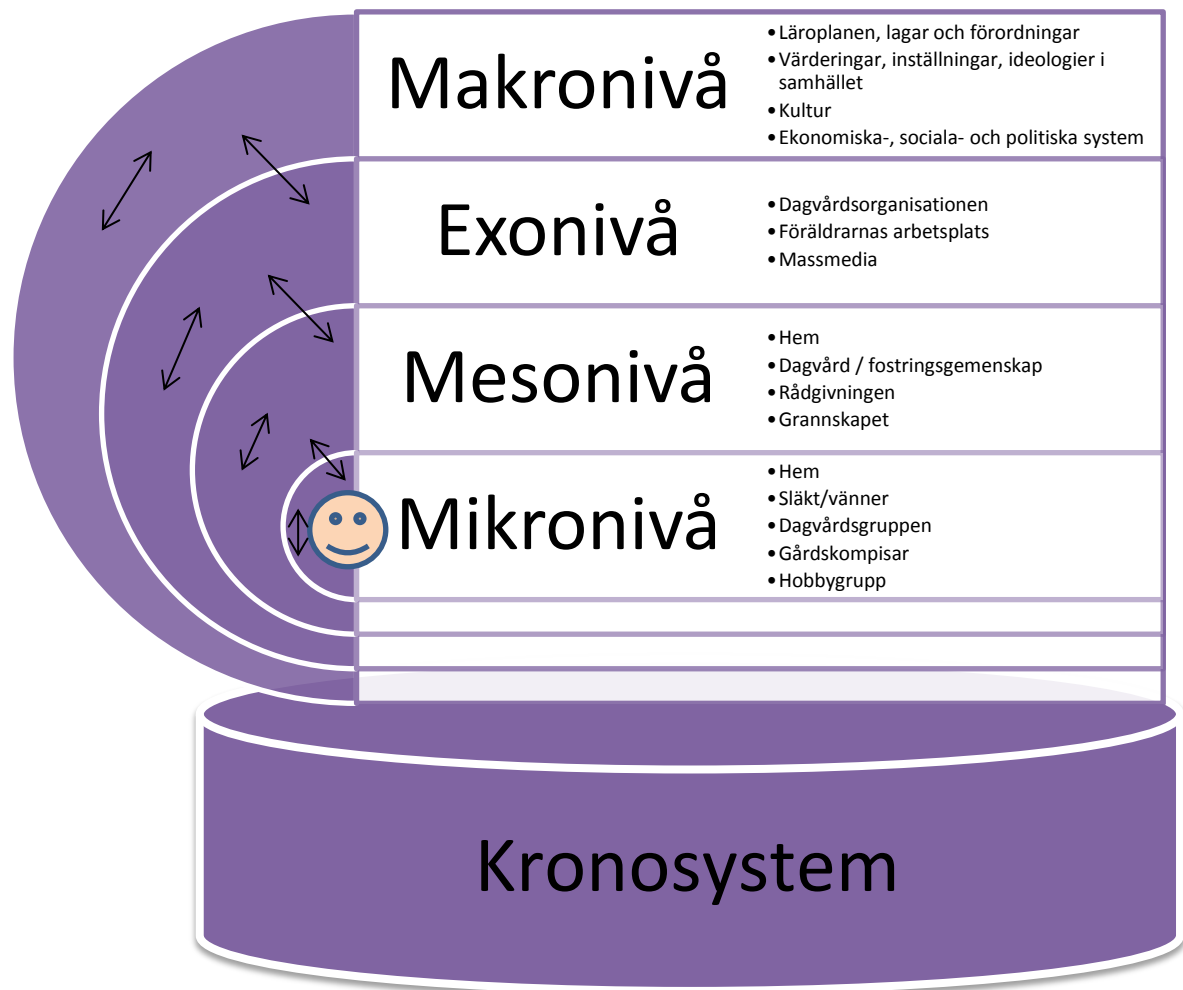
Mesonivå består av de relationer som barnets mikronivå har sinsemellan (Bronfenbrenner 1979:209). Viktiga relationer är mellan hemmet och rådgivningen samt hemmet och dagvården och växelverkan mellan dessa. Relevant är om olika mikrosystem stöder varandra eller upplever barnet motstridigheter med förväntningar och kraven mellan mikronivåerna. Det finns flera undersökningar om hur dagvård och skola påverkar barns utveckling, men det finns knappt med forskning mellan hemmets och dagvårdens eller skolans samverkan med barns utveckling. (Saarinen m.fl. 1994:89).

Exonivå inkluderar de omgivningar med vilka barnet inte är i direkt växelverkan men som påverkar den miljön där barnet lever i (Bronfenbrenner 1979:237). Föräldrarnas arbete och dagvårdsorganisationen skapar förutsättningar för barnets verksamhet i mikronivån. Föräldrarnas arbetstider och arbetsbörda påverkar hur mycket de har tid med sina barn. Arbetet kan påverka även om hurdana saker föräldrarna talar om med sina barn och hurdan hela familjens inbördes kommunikation är. Dagvårdsorganisationens särdrag inverkar på barnets socialisering. Kvaliteten på fostran påverkas till exempel av personalbyten inom dagvården. Stor omväxling och obehörighet skapar ostabil och otrygg fostringsmiljö. Övergång från hemmet till dagvård, från en dagvårdsgrupp till en annan och från dagvård till skola kan ske smidigt om barnet förbereds väl och institutionernas verksamhet är överensstämmande. (Saarinen m.fl. 1994:89 f). Hujala m.fl. (2007:25) konstaterar att exonivå formas bl.a. av dagvårdspersonalens utbildningsbakgrund och arbetsförhållanden. Dagvårdens verksamhetsfilosofi, som långt grundar sig på vuxnas synsätt på barn, barns behov, vård, fostran och lärande, inverkar på barns ställning inom småbarnsfostran. Den formar barnets vardag, verksamhetsmöjligheter och därmed barns synsätt på sig själva. (Hujala m.fl. 2007:25)

Makronivå innefattar orsakerna till konsekvenserna som kommer fram i en kultur i den formen och det innehållet som mikro-, meso- och exosystem tagit upp, samt olika trosystem och ideologier som ligger bakom konsekvenserna i samhället (Bronfenbrenner 1979:258). Makronivå innebär alltså samhällets ideologier och materiella system som avgör hurdana förutsättningar för tillväxt som tryggas för barn. Här inkluderas lagstiftning som berör barn och familjer, hälso-, social-, utbildning- och kulturservice samt dagvård. De i samhället rådande värderingar och inställningar om barn skapar psykisk atmosfär som kan vara för barn antingen positiva eller negativa. Icke skrivna normer på denna nivå som inverkar på barnets socialisering är t.ex. könsförväntningar. Alltså det hurdant beteende man kulturbundet förväntar sig av flickor och pojkar samt beteende som man inte anser som acceptabelt för flickor eller pojkar. Faktorer på makronivå anses ofta som självklara. Deras inverkan kan observeras detaljerat först då man jämför barn som växer upp i olika samhällen. (Saarinen m.fl. 1994:90)

Bronfenbrenner (1994) tillade i ett senare skede en till nivå i sin ekologiska teori, den kronologiska nivån. Den kronologiska nivån innefattar förändring eller konsistens över

tiden gällande både personens karakteristika och omgivningen där man bor i. Som exempel på kronologisk nivå kan vara förändringar i familjens struktur, socioekonomisk status, sysselsättning, bostadsområdet eller vardagens tempo. (Bronfenbrenner 1994:40). I figur 2 framställer jag de omgivningar som barnet är i växelverkan med och som kan anses ha betydelse för barns lek och rörelse.



Figur 2. Olika omgivningar som stöder barns lek och rörelse enligt den ekologiska teorin.

4.3 Lek och rörelse

Man kan säga att kroppen är inkörsporten till lek. Barnets värld och kropp är aldrig helt skilda från varandra. Således är kroppen viktig i barnens lek. Då barnet upplever att det kan bemästra sin kropp och har tilltro till sin egen rörelseförmåga är leken tillgänglig på alla plan. Det är viktigt för både barnets utveckling och förmågan att leka att man behärskar de grundläggande färdigheterna. Leken fungerar konstant som ett sätt att tolka och strukturera världen. Sociala situationer, människors förhållanden sinsemellan undersöks samt egna färdigheter och olika regler testas i leken. Leken ger upplevelser som ger förståelse och kunskap. Barnet är aktivt både fysiskt och psykiskt i leken. Barn upplever världen genom att söka utmaningar i omgivningen och får därmed kunskap om hur det själv fungerar i världen. Flera fysiska erfarenheter och ju större kroppsmedvetande barnet har, desto större är mångfalden som barnet har att spela på då det handlar om alla typer av lek. I leken använder barnet hela sig själv med rörelser, tankar och känslor. (Grindberg & Langlo Jagtöien 2011:83 f)

Lek och rörelse hör i barncentrerad pedagogik till de verksamhets- och uttrycksformer som dagligen bör ske i småbarnsfostran. Dagvårdens rörelsefostran skall inte träna barn i olika idrottsgrenar. Rörelsefostran är en del av grunderna för småbarnsfostran med sund och harmonisk utveckling av personligheten som målsättning. Således siktar rörelsefostran inte enbart till att stöda den motoriska utvecklingen, utan det innefattar barnet som helhet med emotionella, sociala, psykiska och fysiska utveckling där man stöder helhetsutvecklingen med rörelse. Då småbarnsfostran skall stöda barnet som helhet skall fysisk aktivitet och rörelse inte kategoriseras i delområde gymnastik och det skall heller inte placeras inom tidsramar, utan det bör integreras i alla stunder i vardagen. (Zimmer, 2001:117)

I situationscentrerad rörelsefostran är kännetecknande att aktuella händelser i barnens närmiljö kan väcka intresse för även längre teman eller projekt med barnen. Barnen kan själva vara delaktiga och visa för den vuxna vad som ligger i intresse, t.ex. papplådor att bygga och leka med. Den vuxna kan ordna verksamhet för en del av barnen eller för hela gruppen enligt deras behov, t.ex. under oroliga måndag morgnar kan ordnas fler springlekar i smågrupper. Även i situationscentrerad rörelsefostran är verksamheten

planerad, den vuxna bör dock vara flexibel och ha ett öppet sinne för omändringar i planerna. (Zimmer, 2001:119 f)

Olika lekteorier kan ge en förståelse att leken i sig är viktigt samt att lek och lekande verksamhet är en betydelsefull pedagogisk metod i arbetet med barn och fysisk aktivitet. Lekteorier kan vara till hjälp då man vill förstå barnens lek, men ingen teori kan fullständigt beskriva vad lek är. (Grindberg & Langlo Jagtöien 2011:85)

Erik Homburger Erikson (2011) avser leken som en egofunktion där barnet med upplevelsen av den egna kroppen strävar att samordna både kroppsliga och sociala processer. Erikson delar in leken i tre olika sfärer. Dessa är autosfären (0-ca 1 år), mikrosfären (ca 1-ca 2 år) och makrosfären (ca 2 år och uppåt). (Grindberg & Langlo Jagtöien 2011:87). I *autosfären* börjar barnens lek med att barnet koncentrerar sig kring sin egen kropp. Karakteristiskt för denna sfär är att barnet undersöker omvärlden med hjälp av led- och muskelsinnet, genom att ge ljud ifrån sig och titta sig runtomkring. Därpå leker barnet med att ta på andra personer och saker. I *mikrosfären* börjar barnet samspela med andra och söker efter lekmodeller. Denna sfär fungerar som barnets egen lilla värld med lätthanterliga leksaker och föremål. Till denna värld kan barnet ta sin tillflykt då det uppkommer saker som barnet inte klarar av och barnet behöver se om sitt jag. I *makrosfären* börjar barnet dela världen med andra människor. Först kan de andra behandlas som saker, man undersöker dem eller kanske springer mot dem. Men i denna sfär lär man sig att andra inte kan behandlas som saker utan man bör samspela. Barnet lär sig att anpassa sig till andra och barnet lär sig att följa regler samt de förväntningar och krav som den sociala gemenskapen ställer på barnet. Det är betydelsefullt att ge mycket tid för lek för i leken sker den grundläggande inläringen och i leken kan man återställa sårade känslor. (Erikson 1993: 199 f; Grindberg & Langlo Jagtöien 2011:87 f; Hägglund 1989:22)

Barn i småbarnsfostran är i de flesta fall i makrosfären då det handlar om att delta i olika lek och fysisk aktivitet. Det är bra att veta att en del barn behöver lugna ner sig i mikrosfären. De barn som går till mikrosfären för ofta med tanke på den förväntade utvecklingsnivån behöver hjälp att komma vidare i sina lekfärdigheter. (Grindberg & Langlo Jagtöien 2011:88). Enligt Erikson (1993) är det viktigt för barn att de lär sig vilka lekinnehåll som godkänns i fantasin eller som lek i autosfären, vilka lekar som

med välgång kan utvecklas i leken i mikrosfären med leksaker och andra föremål, och vilket lekinnehåll man kan dela med andra (Erikson 1993:200). Leken är ett viktigt verktyg för barnet att hitta sin egen balans, att kunna bemästra olika delar av livet. De erfarenheter man erhållit i den ena sfären följer med in i följande sfär. Genom leken utvecklas förståelsen av omvärlden. Erikson (2011) poängterar att man bör beakta barnens behov av att börja kontrollera den egna kroppen, att förstå sig själv i relation till föremål, redskap och andra personer samt att få kontroll över sina egna handlingar och konsekvenserna av dem. (Grindberg & Langlo Jagtöien 2011:88). Då en vuxen leker så stiger den in i en annan verklighet, men ett barn som leker går framåt mot nya faser i behärsandet av livet. Erikson (1993) ger som förklaring för barns lek ”*den infantila formen av människans förmåga att handskas med erfarenheter, genom att skapa modeller för situationer och behärska verkligheten genom försök och planering*”. (Erikson 1993:200)

Osnes m.fl. (2012) talar om kroppslig lek. Den kroppsliga leken indelas i färdighetslek, vild lek och traditionslekar eller kulturlekar. *Färdighetslekar* är vanliga för barn över ett år. Rörelserna i leken genomförs med stora muskelgrupper och kan kallas grundläggande eller grovmotoriska. Målet med färdighetslekarna är leken i sig och samtidigt övas de kroppsliga färdigheterna. Vanliga rörelsemönster är krypa, gå, springa, klättra och balansera, vilka inverkar mycket på barnets motoriska utveckling och lärande. Även muskelstyrkan, uthålligheten och rörligheten uppövas. Färdighetsleken sker oftast utomhus i fri lek. *Vilda lekar* är mer fysiska, häftigare samt högljudda och leks oftast av de äldre barnen i daghemsåldern. Barnen är mycket i närkontakt med varandra, de brottas och låtsasslås, leken följs ofta av skratt och glädjetjut samt typiska gester och kroppshållningar. De vilda lekarna innehåller mycket socialt samspel och stärker barnens fysiska egenskaper samt stimulerar motoriken med rörelser som är varierande och upprepande. Vuxna kan uppleva att det är svårt att skilja mellan låtsasbråk eller brottnings och äkta bråk samt kan tolka leken som uttryck för aggression. För barn är leken ofta en symbol för motorisk kontroll, ett sätt för dem att visa hur bra de är. *Traditionslekar eller kulturella lekar* återges från äldre till yngre barn och går således i arv. Traditionslekar som kan ses som kroppsliga lekar är t.ex. tafattlekar, kurragömma, bolllekar, hopplekar samt sång-, dans- och klapplekar. Lekarna kan oftast lekas spontant om miljön tillåter det. Det är vuxnas uppgift i dagvården att sätta igång traditionslekar och

inspirera barnen till att lära sig ett brett lekförråd. Det hjälper även personalen i dagvården ifall man känner till flera lekar som man kan dra i olika situationer, t.ex. för att aktivera ett barn som fryser eller ett försiktigt barn eller då barn skall hållas på plats i väntan på bussen. Att ha traditionslekar i skogen ställer ännu större krav på barnens motorik. (Osnes m.fl. 2012:134-139)

Barn bör få leka dagligen och kroppen är en viktig del i leken. Leken är en väsentlig pedagogisk metod i arbetet med barn och fysisk fostran. Genom leken utvecklas förutom de kroppsliga färdigheterna även de sociala färdigheterna och barnet övar sig att följa regler. Det vill säga att med leken får barnet erfarenheter som utmynnar i förståelse av sin omvärld och kunskap. Den vuxna kan aktivera barnen i olika situationer med traditionslekar och samtidigt föra över viktig kulturtradition.

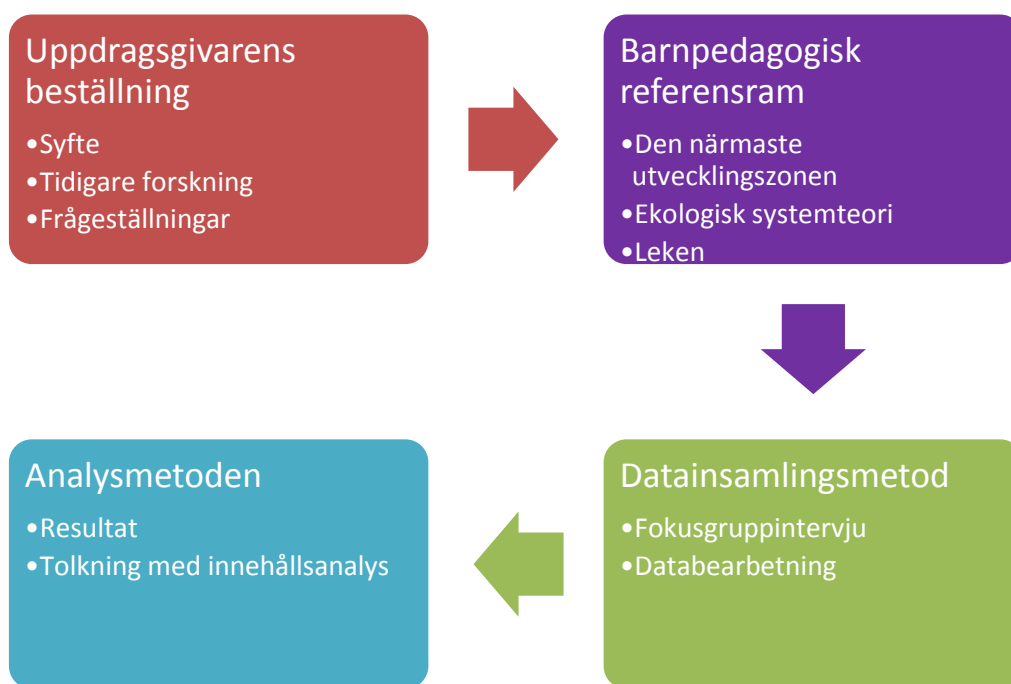
5 STUDIENS SYFTE, FRÅGESTÄLLNINGAR OCH DESIGN

Syftet med mitt mastersarbete är att undersöka hur pedagoger i småbarnsfostran på ett medvetet sätt kan arbeta för att främja barnens helhetsutveckling med att stärka motionen genom rörelse och lek. Utgående från den tidigare forskningen och syftet för studien utformades följande frågeställningar:

Vilka premisser behövs för att pedagogen kan främja barnens helhetsutveckling genom motion i vardagen?

Hurudan miljö främjar barns rörelse och lek?

Studiens design är kvalitativ. Syftet för beställningsarbetet och den tidigare forskningen formade studiens forskningsfrågor. Studien baserar sig på teoretiska perspektiv från barnpedagogiken. Som datainsamlingsmetod har jag valt fokusgruppintervju. Med analysen av intervjun hoppas jag kunna besvara mina frågeställningar och relatera resultaten mot tidigare forskning samt den teoretiska referensramen som jag valt för min studie. I figur 3 redogör jag för studiens processbeskrivning.



Figur 3. Arbetets processbeskrivning.

För att problemområdet inte skall bli för stort har jag avgränsat mitt arbete att inte omfatta någon beskrivning av barnens motoriska utveckling. Jag tar reda på hur man möter barnet där det står och börjar stimuleringen där. Barns helhetsutveckling är ett brett område där rörelse och motorik är en viktig del av utvecklingen. Jag kommer i arbetet att koncentrera mig på fysisk aktivitet, alltså rörelse och motion, sedd i samband med barnens totala utveckling. Jag studerar barnens möjligheter att röra på sig och att utvecklas genom rörelse och lek i småbarnsfostran. I arbetet betyder termen *vardagen* vardagliga situationer utöver de s.k. gymnastikstunderna, vilka lämnas utanför detta arbete.

6 METOD

Denna studie har en kvalitativ ansats. I kvalitativ forskning vill man ta reda på hur människor upplever sin värld (Bell, 1995:13). Enligt Larsson (2011:20) strävar man med kvalitativ forskning att karaktärisera något, bilda en gestaltning av något. Med kvalitativa intervjuer får man ett rikt material där man kan finna många intressanta uppfattningar och modeller. Man ställer enkla och direkta frågor och till svar får man innehållsrik upplysning. (Trost, 2010:25)

Enligt Kvale & Brinkmann (2009:17) försöker man med kvalitativ forskning förstå världen från intervjupersonernas synsätt och skapa mening ur deras upplevelser. Kvalitativ inställning i forskning beskriver företeelser och utveckling innan de teoretiseras, förstås innan de förklaras och anses som konkreta egenskaper snarare än som abstrakta (Kvale & Brinkmann 2009:28).

6.1 Fokusgruppsamtal som intervjumetod

Användningen av fokusgrupper har sedan mitten av 1980-talet ökat. Under 1950-talet fram till 1980-talet användes fokusgrupper nästan enbart vid marknadsundersökningar. Nuförtiden används fokusgrupper även inom flera andra discipliner, som t.ex. pedagogik, sociologi och kommunikationsvetenskap. Fokusgrupper kan användas för att undersöka gruppmedlemmarnas åsikter, tankar, attityder, uppfattningar och värderingar kring ett ämne som bestäms av forskaren. (Wibeck 2012:20-25). Härefter kommer jag att använda synonymt begreppen fokusgrupp, fokusgruppsamtal och fokusgruppintervju.

Fokusgrupper kan användas som enda insamlingsmetod i kvalitativa undersökningar. Det som förenar personerna som deltar i en fokusgrupp är att de har en gemensam fokus eller upplevelse. Syftet är sedan att få många konkreta och personliga svar av personerna som tillika reflekterar både kognitiva och värderingsmässiga synpunkter och åsikter. Gruppmedlemmarna behöver inte nå samförstånd i diskussionen eller hitta lösningar till frågorna. Meningen är att föra fram olika uppfattningar om ämnet som diskuteras

(Kvale & Brinkman 2010:166). Då en deltagare vågar tala i en fokusgrupp inspireras även de andra att tala och kommer kanske på sådant de annars skulle inte ha kommit på. Alla deltagare skall ha möjlighet att tala (Wibeck 2012:34).

Forskaren som har tänkt använda fokusgruppintervju i sin undersökning skall först förtydliga för sig själv den övergripande forskningsfrågan. Därefter bör man avgöra om undersökningen kommer att vara mer eller mindre strukturerad samt sammansättningen av gruppen. Uppläggningsen i en fokusgrupp kan vara en i förväg uppgjord intervjuguide med öppna frågor eller forskaren kan ha några färdiga diskussionsämnen (Hylander 2001:10). Man behöver inte strikt hålla sig till strukturerad eller ostrukturerad fokusgruppintervjuer utan det finns mellanlägen. (Wibeck 2012:56, 58). Om forskaren själv är moderator, alltså diskussionsledare, blir forskaren både intervjuare och observatör. Moderatorn skall få igång diskussionen och därefter lyssna och eventuellt komma med instick, be om förtydligande samt leda tillbaks till ämnet, om det behövs. (Hylander 2001:2 f, 8 f). Om det finns personer i gruppen som inte kommer till tals då en annan dominerar samtalet kan moderatorn ställa specifika frågor till de förbisedda personerna. Det kan vara förträffligt med en frågeguide med omfattande problemområden om forskaren vill ha fram vissa ämnesaspekter, trots att det främsta målet är att kartlägga vilka synpunkter naturligt kommer upp i gruppen. (Wibeck 2012:58)

Då man väljer deltagare till fokusgruppen är förutsättningen att deltagarna är intresserade av ämnet och har något att berätta som forskaren vill ha kunskap om. Deltagarna behöver inte väljas genom slumpmässigt urval av den orsaken att inga generaliseringar görs till andra grupper. Snarare är det så att grupperna ofta väljs så att de är rimligt homogena. Något gemensamt särdrag brukar deltagarna ha, t.ex. utbildning, kön eller ålder. (Hylander 2001:11). Homogena grupper gör det att utbyte av information gynnas då förtrolighet och ömsesidig förståelse uppnås lättare. Det finns olika vetenskapliga åsikter om hur många deltagare en fokusgrupp skall ha, det kan variera allt från fyra deltagare upp till hela 16 deltagare. De flesta anser att gruppen inte får vara för stor. Mycket små fokusgrupper har använts med bra resultat. Ett lämpligt antal deltagare i en fokusgrupp är enligt Wibeck mellan fyra och sex personer. I en liten grupp räcker tiden bättre till att tala, fråga och besvara andras resonemang. Även det fysiska avståndet mellan gruppmedlemmarna blir mindre i en liten grupp och kommunikationen blir mer person-

lig med möjlighet till ögonkontakt mellan deltagarna. Om deltagarna i en fokusgrupp är flere än sex personer kan det bildas undergrupper som talar med varandra eller de tystlåtna inte kommer till tals. Det finns flera argument som talar för att använda redan existerande grupper i fokusgruppintervjuer. Då gruppmedlemmarna känner varandra underlättar det bl.a. rekryteringen och personerna är inte rädda för att falla in i en diskussion. Riskerna åter med en redan existerande grupp kan vara att vissa ämnen lämnas utanför om det är något som gruppmedlemmarna tar för givet eller för att undvika konflikter. Dessa problem kan rättas till om moderatoren är medveten om dem och tar ämnena till tals. Ett större problem kan vara ifall gruppmedlemmarna faller in i de roller de har i vardagliga interaktioner och moderatoren känner inte gruppmedlemmarna för att kunna åtgärda detta i fokusgruppen. Dessa orsaker till trots finns det inte tillräckligt vägande orsaker för att forskaren inte kunde använda sig av redan existerande grupper. (Wibeck 2012: 61-66)

Under fokusgruppintervjun använder moderatoren en intervjuguide, som formas olika beroende på om fokusgruppen är strukturerad eller ostrukturerad. I en strukturerad intervjuguide är frågorna av fem olika kategorier; öppningsfrågor, introduktionsfrågor, övergångsfrågor, nyckelfrågor och avslutande frågor. Öppningsfrågornas uppgift är att få gruppmedlemmarna att märka att de har någonting gemensamt, att bli avslappnade och att få alla att tala redan vid inledningen av fokusgruppintervjun. Öppningsfrågorna kan gärna handla om fakta än om inställningar och värderingar. Introduktionsfrågorna används för att presentera det ämne som skall diskuteras och för att fortsätta få deltagarna mer avslappnade. Frågorna skall vara öppna och ge deltagarna möjlighet att tala om det företeelse som står i fokus för diskussionen. Övergångsfrågorna används för att komma fram till diskussionens nyckelfrågor. Övergångsfrågorna skall hjälpa deltagarna att se ämnet i ett större perspektiv och få kännedom om hur andra ser på ämnet. Nyckelfrågorna är de viktigaste frågorna för analysen. De avslutande frågorna ger deltagarna möjlighet att säga sin slutliga åsikt och att få överväga det som kommit fram i diskussionen. Till sist kommer slutfrågan vars uppgift är att försäkra sig om att ingenting viktigt har glömts bort. (Wibeck 2012: 73-74)

Deltagarna till fokusgruppen kan man rekrytera på olika sätt. Man kan använda kontaktpersoner som genom sitt kontaktnät kan hjälpa till att samla en grupp. Kontaktpersoner

sonen kan bjuda in de tillämnade deltagarna förutsatt att kontaktpersonen har fått information om undersökningen och kan berätta om övergripande syftet med fokusgruppintervjun för deltagarna. Då moderatorn fått bekräftelse vem som deltar i undersökningen skickas en skriftlig inbjudan till alla deltagare. Inbjudans ändamål är att få en första kontakt med moderatorn och att påminna om mötet. Gruppmedlemmarna får tillika ännu en möjlighet att ångra sitt deltagande i gruppen eller kontaktuppgifter till moderatorn för att ställa fler frågor. (Wibeck 2012:82 f)

Fokusgruppintervjun kan dokumenteras med en diktafon eller videokamera. Det räcker bra för analysen att enbart ljudinspela intervjun men i transkriptionsskedet kan det vara svårt att hålla reda på vem som säger vad. Detta kan avhjälpas med att moderatorn eller en tänkbar observatör som kan anteckna kort vem som sade vad. Om man dokumenterar med en videokamera ser man vem som talar och därtill kan man analysera den icke-verbala kommunikationen. Det kan vara möjligt att gruppmedlemmarna påverkas av videofilmning och eventuellt ändrar på sitt beteende, en diktafons närvaro glömmar man lätt. Transkription av materialet från fokusgruppen kan göras på flera olika nivåer. Man kan skriva ned ordagrant vad som sägs eller man kan ändra det talade språket till skriftspråk eller man kan skriva ned ordagrant det som sägs och därtill alla uppbackningar som ”mmm” och ”hmm” samt alla pauser med deras längd. Sällan är det behövligt i fokusgrupper att göra en så noggrann transkription. (Wibeck 2012:91 ff)

6.2 Genomförande av undersökningen

I fokusgruppsamtalet fungerade jag själv som moderator, vilket betyder att jag var både intervjuare och observatör. Fokusgruppsamtalet var strukturerat med en intervjuguide med öppna frågor (bilaga 1). Använde en redan existerande grupp i min undersökning, barnträdgårdslärarna från Vanttilan päiväkoti. Vanttilan päiväkoti är ett daghem som har specialiserat sig på barns rörelse och motion och det fungerar även som resurscentrum, *Lasten ja liikunnan oppimiskeskus*. Det innebär att de betjänar hela Esbos småbarnsfostern med stöd och idéer i den motoriska verksamheten. Daghemmet har sex avdelningar, två avdelningar för 1-3 åringar, två avdelningar för 3-5 åringar samt två förskolegrup-

per. Den andra förskolegruppen är belägen i skolan Vanttilan koulu, mitt emot daghemmet. I daghemmet arbetar sex behöriga barnträdgårdslärare i sex olika grupper. Det finns två barnträdgårdslärare i förskolegruppen som är i daghemmets utrymmen med 27 barn.

För att rekrytera deltagarna till fokusgruppsamtalet använde jag mig av en kontaktperson, som var daghemmets föreståndare. Skickade ett informationsbrev (bilaga 2) till kontaktpersonen där jag kort beskrev undersökningens syfte och datainsamlingsmetod. Kontaktade föreståndaren några dagar senare per telefon för att ge henne möjlighet att ställa frågor om undersökningen. Hoppades att via kontaktpersonen få sex deltagare till min studie. I daghemmet finns sex behöriga barnträdgårdslärare och fem lovade ställa upp i undersökningen. Föreståndaren erbjöd själv att ordna några barnträdgårdslärare från andra daghem, som gått fortbildningen inom barns rörelsefostran, att vara som reservdeltagare till undersökningen. Efter att jag fick bekräftelse om deltagarna fick alla fem gruppmedlemmarna ett eget brev (bilaga 3) med kort information om undersökningen. Gruppmedlemmarna fick ett dokument om informerat samtycke där även lite bakgrundsinformation frågades (bilaga 4). Dagen innan intervjun ringde föreståndaren och berättade att en av barnträdgårdslärarna har insjuknat. Hon lovade kontakta de närbelägna daghemmen för att få en reservperson till intervjun. Tyvärr hade ingen reservperson möjlighet att delta i fokusgruppsamtalet med så kort varsel.

Fokusgruppsamtalet hölls i Vanttilan päiväkoti i februari 2014 och dokumenterades med diktafon. Därtill antecknade jag kort vem som sade vad, för att underlätta transkriptionen. Alla deltagare var kvinnor med barnträdgårdslärarbehörighet. En var utbildad barnträdgårdslärare och andra hade socionom YH-utbildning. Två av respondenterna hade gått fortbildningen inom rörelsefostran. Informanterna hade blivit examinerade mellan åren 1989 och 2012. Hade reserverat två timmar för fokusgruppsamtalet. Kontaktpersonen meddelade i god tid att de har möjlighet att ordna tid för fokusgruppsamtalet i en timme och 45 minuter. Själva fokusgruppsamtalet tog 45 minuter. Under samtalet bjöds kaffe, saft och choklad. Vid inledningen av intervjun presenterade sig moderatorn för respondenterna och berättade om intervjuens uppläggning samt presenterade temat för diskussionen. Respondenternas frivilliga deltagande upprepades och de undertecknade blanketterna för informerat samtycke samlades in. Moderatorn inledde diskussionen.

Efter fokusgruppsamtalet transkriberades det bandade materialet som resulterade i 15 sidor text. Arbetet med transkriberingen var emellanåt krävande då deltagarna talade på varandra. Vissa korta delar på bandet är nästan omöjliga att tolka. Forskaren har ändå kunnat bilda en uppfattning om deltagarnas åsikter i en viss fråga, trots att det i några fall har varit svårt att urskilja vem som sade vad då flera har talat samtidigt. Intervjuspråket var finska och citaten i resultatet är översatta av forskaren. De ursprungliga citaten är återgivna i bilaga 5.

Innan själva fokusgruppintervjun gjordes en pilotstudie med tre barnträdgårdslärare som arbetar för Enheten Svenska rum i Esbo. Pilotstudien tog en dryg timme. Under pilotstudien kom det fram att en övergångsfråga var svårförståelig och en nyckelfråga skulle lite mer tydliggöras. Frågan som var svårförståelig löd först ”Minkälaista toimintaa teillä on, joka stimuloi myös motoriikkaa, tavoitteena kehittää muita taitoja kuin motorisia?”. Sedan ändrades frågan att lyda ”Mitä muuta toimintaa teillä on joka ohessa stimuloi myös motorista kehitystä?”. Frågan som behövde tydliggöras var ”Miten lasten osallisuus otetaan huomioon?”. Nu lyder frågan ”Miten lasten osallisuus otetaan huomioon toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa?”.

Önskar att denna studie kunde fungera som stöd för pedagogerna i deras arbete. För att alla kunde inse hur stor del av tiden barnen under dagen sitter stilla och för att få en förändring på det. Hoppas att genom detta arbete pedagogerna kunde se vikten, nyttan och fröjden i motion och rörelse samt att få praktiska tips på hur öka rörelse och allas rörelseglädje i vardagen. Motorik och motion är en del av Esbo svenska specialdagvårdens arbetsredskap Verktygslådan, som innehåller exempel på allmänna pedagogiska stödåtgärder för barn. I och med att jag i mitt förvärvsarbete med dagvårdspersonal kommer att ta upp saker som stöder barn i deras vardag, hoppas jag att med hjälp av denna studie kan jag och mina kolleger sprida mera kunskap om motion och praktiska tips till dagvården.

6.3 Analysmetoden

I fokusgruppsamtal finns inga bestämda analysmetoder som bör användas, forskaren får fritt finna, testa och utveckla metoder för sitt ändamål (Wibeck 2012:99). Resultaten i denna studie har analyserats med hjälp av abduktiv innehållsanalys. Innehållsanalysen tillåter forskaren att testa teoretisk information för att öka förståelsen av data. Avsikten är att skaffa meningsfull och bred beskrivning av ett fenomen och resultaten av analysen är begrepp eller kategorier som beskriver fenomenet. (Elo & Kyngäs 2008:108)

Trost (2010:125) beskriver tre steg i arbetet med kvalitativ data. Först samlar man in data genom t.ex. intervjuer. Sedan analyserar man dessa genom att läsa igenom de utskrivna intervjuerna och genom att reflektera över det man såg och hörde under intervjun. Det tredje steget i arbetet är att tolka materialet med de teoretiska verktyg som man har i användning. Meningen är att visa att det intressanta verkligen är av intresse. Dessa tre steg behöver inte komma separat efter varandra, utan de kan gå in i varandra. Redan i skedet då man samlar in data sker naturligt både en del analyser som tolkningar. (Trost 2010:125 f)

Abduktiv innehållsanalys har drag av både induktiv och deduktiv innehållsanalys. Induktion utgår från empiri och deduktion utgår från teori. Abduktion utgår från empiriska fakta, men tillbakavisar inte teoretisk förförståelse. Analysen av empirin kan kopplas till tidigare teori, som en inspiratör för att upptäcka mönster som ger förståelse. Abduktion skiljer sig från induktion och deduktion med att den tillika omfattar just förståelse. (Alvesson & Sköldberg 2008:55 f). Tuomi & Sarajärvi (2002:95-97) beskriver samma sak med att induktiv analys går från det enskilda till det allmänna och deduktiv analys från det allmänna till det enskilda. Abduktiv innehållsanalys har vissa kopplingar till teorin, men som inte direkt bottnar ur teorin. Teorin kan fungera som hjälp då man gör sin analys, då styr och hjälper den tidigare forskningen i analyserandet av det empiriska materialet. Forskarens tankeprocesser växlar således mellan induktiv och deduktiv analys. (Tuomi & Sarajärvi 2002:98 f)

Resultatanalysen från intervjumaterialet görs med abduktiv innehållsanalys. Detta genom att analysera fokusgruppsamtalet och relatera de mest relevanta synpunkterna som uppstår från intervjun till den tidigare forskningen och den teoretiska referensramen. I bilaga 6 kan man se exempel på hur jag har gjort min analys och kommit fram till från citat till underteman och huvudteman.

6.4 Etiska reflektioner

Forskningen skall planeras, genomföras och rapporteras utförligt. Den etiska förhandsbedömningen skall utföras samt forskningstillstånd anskaffas. (Forskningsetiska delegationen 2012). En god forskning bör uppfylla kraven på ärlighet, öppenhet, hänsynsfullhet och rättvisa. En klar redovisning av bakgrunden till studien med hänvisning till tidigare forskning skall vara med i undersökningen då den publiceras. Forskaren är skyldig att publicera sina resultat och inte hemlighålla resultaten för någon. En hederlig forskare förvränger eller förskönar aldrig resultat och redovisar även sådant som står emot den hypotes forskaren stöder. Den som tar del av undersökningen skall kunna värdera den vetenskapliga kvaliteten av arbetet eller vikten av resultaten. Detta kräver en tydlig och grundlig beskrivning av materialet och analysmetoden. Under forskningens gång är det viktigt med tydliga förhandlingssätt både för dokumentation och arkivering. Det finns även lagar för hantering av data och arkivering som bör följas. (Gustafsson, Hermerén & Petersson 2004: 9, 16, 34, 39 f)

Etik och moral sätter sin prägel under hela intervjuundersökningen. Vid planeringen av undersökningen är det etiskt viktigt att få deltagarnas informerade samtycke till deltagandet. Lika viktigt är att säkra deltagarnas konfidentialitet och reflektera över konsekvenserna av undersökningen för deltagarna. Informerat samtycke innebär att man delger intervjupersonerna information om syftet med undersökningen, hur undersökningen är upplagd samt fördelar och risker som kan vara förknippade med deltagandet i forskningen. Deltagarna bör även få veta att det är frivilligt att delta och man kan avbryta deltagande när som helst. Undersökningsspersonerna skall få information om vem som kommer att få tillgång till intervjumaterialet och om de själva kan få tillgång till utskrif-

ten och analysen av undersökningen. Vid utskriftskede bör konfidentialitet för deltagarna säkras. Detta betyder att privata uppgifter som gör att man kan känna igen deltagarna i undersökningen inte kommer att avslöjas. Om det i undersökningen kommer att komma fram fakta där deltagarna kan kännas igen bör undersökningsspersonerna godkänna att denna identifierbara fakta kommer fram i utskriften. Utskriften bör även hederligt motsvara deltagarnas muntliga utsago. Forskarens etiska skyldighet är att rapportera lärdom som är verifierad så långt som möjligt. Vid offentlig rapportering av forskningen blir det åter aktuellt med frågan om konfidentialitet och konsekvenser som den publicerade undersökningen kan få både för deltagarna personligen och för den grupp de är en del av. På forskarens etiska ansvar ligger att nå hög vetenskaplig kvalitet på det fakta som publiceras. (Kvale & Brinkmann 2009:78-79, 87-91)

Innan den empiriska studien kunde genomföras granskades forskningsplanen av Arcadas etiska råds arbetsutskott ETIX. Sedan anhölls forskningstillstånd av finska småbarnsfostrans utvecklingschef Virpi Mattila i Esbo stad. Efter godkännande av forskningstillstånd sändes ett foljebrev till kontaktpersonen med information om syftet med studien, metoden för insamling av data och deltagarnas frivillighet att delta i undersökningen. Då deltagarna till undersökningen blev klara sändes ett eget foljebrev och ett dokument om informerat samtycke till alla deltagare. I foljebrevet beskrevs syftet och datainsamlingsmetoden för undersökningen samt materialets tillgänglighet och förvaring. Dokumentet för informerat samtycke samlades in före fokusgruppsamtalet. Dokumentet gav information om deltagarnas frivillighet att delta, konfidentialitet och samtycke att intervjun bandas. Därmed har de etiska principerna följts så noggrant som möjligt.

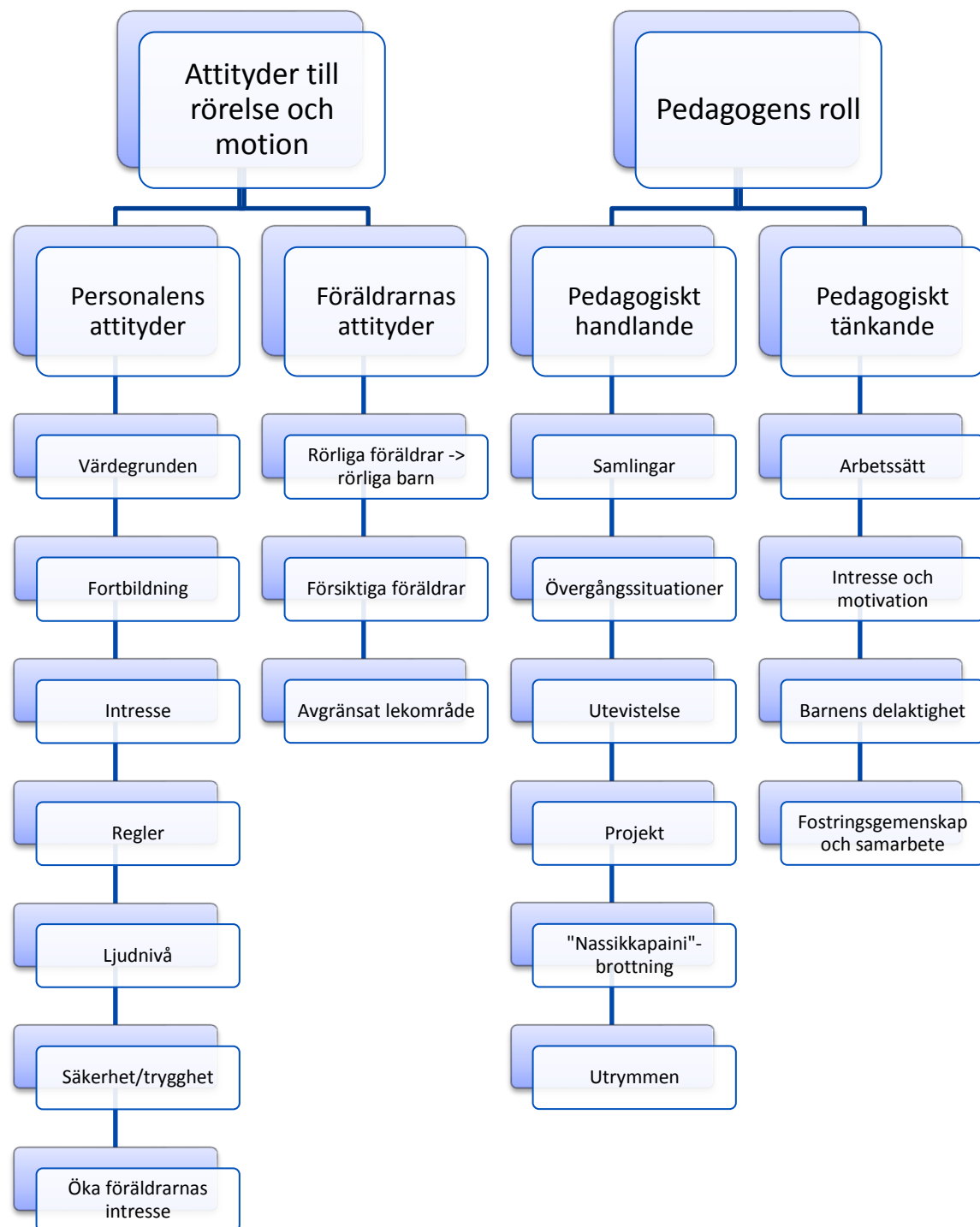
7 RESULTAT

Resultaten av studien presenteras nedanstående både i löpande text, i figurer och citat samt citaten på originalspråk i bilaga 5. Resultaten har analyserats abduktivt genom att analysera innehållet och bildat underteman och huvudteman samt genom att spegla den empiriska delen mot den teoretiska referensramen och tidigare forskning.

Resultaten har analyserats skilt utgående från de två forskningsfrågorna, som löd: ”Vilka premisser behövs för att pedagogen kan främja barnens helhetsutveckling genom motion i vardagen?” och ”Hurudan miljö främjar barns rörelse och lek?”.

7.1 Förutsättningar för rörelse och lek

Utgående från den första forskningsfrågan har jag delat in resultaten från fokusgrupp-samtalet i underteman som ännu bearbetats till två huvudteman. Teman har bildats efter en abduktiv innehållsanalys av resultaten i samspel med den teoretiska referensramen och tidigare forskning. Empirin har speglats mot teorin och de båda samverkar med varandra. De valda huvudteman är attityder till rörelse och motion samt pedagogens roll. Underteman är personalens attityder, föräldrarnas attityder samt pedagogiskt handlande och pedagogiskt tänkande. Därtill har under varje undertema lyfts fram kärnan i resultaten som stiger fram från texten. Resultaten presenteras till det följande varje undertema skilt för sig med figurer och citat, vilka förtydligar hur teman vuxit fram.



Figur 4. Förutsättningar för att främja barnens helhetsutveckling genom rörelse och lek.

7.1.1 Personalens attityder

Attityderna kommer flera gånger upp under fokusgruppsamtalet. Alla informanter poängterar vikten av positiva attityder gentemot motion och rörelse. Två informanter berättar att man inte har behövt ha långa värdegrundsdiskussioner i daghemmet då alla i personalen har tyckt att det är en bra sak att barn får röra på sig. I daghemmet finns flera i personalen som har gått fortbildning inom barns rörelsefostran och deltagit i andra kurser gällande barns rörelse. Till daghemmet har tydligt sökt sig personer med intresse för barns motion och rörelse. I Vanttilan päviväkoti har barnen lov att röra på sig, barnen behöver inte sitta och vänta utan det är fritt fram att röra på sig.

En informant påpekar att i så kallade vanliga daghem, som inte har någon speciell inriktning, finns det mycket att göra med vuxnas attityder. Positiva attityder bär redan långt med tanke på främjande av motion och rörelse. Om vuxnas attityd är att barn får röra på sig så finns det rörelse helt på ett annat sätt i daghemmet.

”Ja, om det i allmänhet är så att man inte får göra, kasta inte, spring inte, så här får man springa och får kasta boll och sparka.”

”Jag tycker också att vuxnas egna attityder och att det finns rum är kanske huvudsakerna.”

I frågan om regler som begränsar barnens rörelse funderade alla fyra informanter en stund innan de började diskutera. Först funderade informanterna på regler i det egna daghemmet för att senare komma fram till regler som man ofta möter i andra daghem. En informant tog upp en regel som de har i sin barngrupp. Vid matbordet övar man sig att sitta. Hon tillägger att sist och slutligen är det en kort stund barnen behöver sitta, då talriken är tom får man gå igen. Hon resonerar ännu att den regeln begränsar rörlighet, men vissa regler bör man ha. En annan informant berättar att om det blir till härjande får barnen komma och lugna ner sig för att sedan titta om barnen kan fortsätta med den rörliga leken. En tredje informant tog upp att samhället ställer vissa beteendenormer till vilka de vuxna socialiserar barnen. Hon fortsätter fundera om vi kan ha barn som bara snurrar runt eller borde de lära sig vissa saker i något skede.

”Möjligenast få förbud.”

”Ja, just vuxnas attityder.”

Barn som leker och rör på sig har ofta mera ljud. Så här resonerar en informant om ljudnivån:

”Och rörelse förorsakar ljud, hur mycket godkänner man det att det finns mera ljud än i sådan annorlunda miljö.”

En informant tog upp säkerhetssynpunkten på följande sätt:

”Om man tänker allmänt på regler så i vissa daghem är det mera så att man inte får springa, får inte göra. Det är säkert trygghetsaspekten och utrymmen, men säkert mycket de vuxnas attityder som skapar regler. Är det sedan brist på erfarenhet eller den egna tankevärlden eller det att varför kunde man inte springa i korridorer eller hoppa eller röra på sig, att nog kan man röra sig tryggt.”

En annan informant säger också att man skall tänka igenom trygghetsaspekten. Man kan t.ex. visualisera olika filer i korridoren för att visa i viken riktning man får röra sig för att undvika krock med någon annan.

7.1.2 Föräldrarnas attityder

Två av informanterna berättade att om föräldrarna är aktiva och tycker om att röra på sig, så reflekterar det på barnen och de är rörliga av sig. Största delen av diskussionen om föräldrarnas attityder handlade dock om att ändra föräldrarnas attityder till det positiva gentemot barns motion och rörelse.

”Kanske utmaningen är föräldrarnas tankevärld, eller att kunna ändra på deras attityder.”

Informanterna berättar hur föräldrarna har blivit försiktigare, barnen får inte gå ut lika fritt och inte utan mobiltelefoner. Det upplevs att föräldrarna begränsar barnens lekområde ganska mycket. Föräldrarnas oro kommer även fram i begränsandet av sysselsättning. De kan vara fundersamma hur personalen på daghemmet låter barnen t.ex. hänga med huvudet neråt. Vanligt är också att föräldrarna bär på sina barn och låter dem inte gå och öva sig. En informant säger att man borde få föräldrarna att se att barnen faktiskt kan och de behöver öva sig och det är bra för barnen att öva sig vissa färdigheter. Två av informanterna berättar om sina erfarenheter av föräldrar som hellre vill skydda barnens kläder och skor och därmed nekar eller hindrar barnet att röra på sig.

”Har hört en förälder kommentera att man inte låter barnet gå för barnet har nya skor och sen har man barnet att sitta i en kärra.”

En informant ville delge en fallbeskrivning om ett barn personalen i barngruppen var oroliga över. Barnet ville aldrig röra på sig, blev inte intresserad av någonting och man såg honom aldrig springa. Även föräldrarna kände viss oro över sitt barn. Då personalen rådde föräldrarna att stöda barnets motion i vardagliga situationer genom att t.ex. emellanåt promenera vissa sträckor, var föräldrarnas svar direkt att det är så kallt ute att man inte orkar gå där. Informanten säger att i det fallet syntes tydligt föräldrarnas attityder gentemot främjande av motion och rörelse. Hon tillägger ännu att efter några år på dagis har barnet tagit sig mod att börja röra på sig, utvecklingen går framåt hela tiden.

7.1.3 Pedagogiskt handlande

Pedagogiskt handlande är uttryck för olika situationer i vardagen där pedagogen skall se de pedagogiska möjligheterna. I diskussionerna kring i vilka situationer man kan få in rörelse i vardagen kom tydligt fram samlingarna, övergångssituationerna och utevistelserna. En av informanterna berättar att de har dagligen, några gånger om dagen samling där mycket både rörelse och sång förekommer. Samlingarna är korta, 10-15 minuter, för att upprätthålla de yngre barnens intresse. En annan berättar att hon just dragit morgon-

gymnastik för barnen på morgonsamlingen. Barngruppen har mycket rörliga samlingar på morgonen och samlingen före lunch innehåller även annat.

”I själva verket drog jag just morgongymnastik på samlingen, jag blev själv riktigt svettig då man hoppade och skuttade. Men vi har alltså mycket rörelse i samlingarna, kanske lite mindre i samlingen före lunch, det är lite som en stund där man lugnar ner sig. Speciellt på morgnarna startar vi med rörelse.”

Alla barngrupper i Vanttilan päiväkoti har egna turer för nassikkapaini-brottning och för att använda salen. I salen brukar lekarna vara trevliga och fartfyllda. En informant beskriver hur även de finmotoriska färdigheterna utvecklas i alla bygglekar, som speciellt pojkarna tycker om.

Förskoleläraren redogör för deras lite mer krävande utrymmen då förskolan har ett klassrum på skolsidan med 27 barn. De rör sig mycket i trappor för en del av utrymmena finns i tredje våningen. De ser även till att de vistas mycket ute och under utevistelsen rör sig barnen mycket då de inte har så mycket element som håller barnen stilla eller leksaker. Hon tillägger ännu att det är alltid på tapeten hur man kunde utveckla verksamheten så att man får in rörelse, även hur få in rörelse i de stunderna barnen arbetar med förskoleuppgifter.

Två av informanterna berättar om kommande projekt där rörelse och skapande verksamhet sammanslås. Den ena barngruppen håller fortfarande på och planerar hur helt konkret få in motion och rörelse i skapande verksamhet. Den andra barngruppen kommer att göra en minifilm där rörelse, sång och musik samt att tillverka rekvisita ingår. Det kommer att vara ett multikonstnärligt projekt på våren där även föräldrar och eventuellt också faddrar deltar i.

Alla fyra informanter räknar upp övergångssituationer som aktiva stunder där man försöker undvika väntande och köande.

”Sådant onödigt väntande, köande, har liksom genom det blivit borta att man ger någonting att göra.”

En av informanterna berättar att det är meningen att barnen har någonting meningsfullt att göra, har olika material och redskap. Materialen varierar och kan lånas från gymnas-tiksalens förråd. Som exempel nämner hon formbitar och –stenar för att t.ex. öva balan-sen.

”Olika material som barnen kan själv ta och självständigt bygga och göra med.”

En annan beskriver hur barnen hellre vid övergångssituationer hoppar på t.ex. sifferrutor i stället för att sitta och vänta. En tredje informant talar om lekar och övningar där man korsar kroppens mittlinje.

7.1.4 Pedagogiskt tänkande

Personalens pedagogiska tänkande kommer tydligast fram i deras eget intresse och ar-betssätt, barnens delaktighet samt fostringsgemenskap. I figur 5 har jag sammanställt de mest tydliga konkreta arbetssätten som kom fram i fokusgruppsamtalet. Det poängtera-des som viktigt att pedagogerna kontinuerligt skall söka efter idéer från andra ställen och läsa litteratur om ämnet. Det ligger alltid i fokus att fundera hur man får in rörelse och motion i all verksamhet. Att upprätthålla den egna motivationen möjliggör mångsidig motion och rörelse för barn. Om man som pedagog är intresserad får man också barnen lätt intresserade. En informant uttalar så här:

”Måste hitta idéer som man själv blir inspirerad av och med vilka man får barnen in-spirerade.”

Det är viktigt att få in motion och rörelse så mångsidigt som möjligt då nyttan är så övergripande, det stöder självkänslan, de sociala relationerna och man får nya vänner genom motion, beskriver en av respondenterna. En annan tar upp välmåendet överlag.

Då barnen får röra på sig smakar maten bättre, sömnen smakar bra och barnen är mer nöjda överlag. Rörelse och motion är en så stor del av barns helhet. En tredje informant redogör för hur onödigt bråk mellan barnen mer sällan uppstår då det finns så mycket intressant att göra, barnen blir inte så lätt frustrerade på varandra.

Två av respondenterna framhäver hur betydelsefullt det är med korta arbetspass och pausgymnastik. Det är bättre att barnen har bordsbundna uppgifter en kort stund, 10-20 minuter, och därefter får röra på sig för att eventuellt sedan fortsätta med uppgifter. Den vuxna som modell understryks också. Det är viktigt att alla vuxna deltar och uppmuntrar barnen och inte är passiva.

”Jag tycker att viktigt är också det egna exemplet, att man själv rör på sig och vågar själv skrinna eller hoppa, drar gymnastik och inte står stilla. Utan på riktigt uppmuntrar barnen, det är också viktigt, en av de viktigaste sakerna.”

En informant beskriver hur ett barn blev sporrat av en lyckad kullerbytta utan armar så att han gärna därefter satt sig ner för att öva på pennuppgifter som varit svåra för honom. En lyckad gymnastikrörelse höjde barnets självkänsla och var så positiv upplevelse för honom att den kraften bar till någonting annat, som inte direkt hade någonting med själva kullerbytten att göra, relaterar informanten. En annan berättar om den egna glädjen efter att barnen lär sig någonting nytt.

”Man får en bra känsla att jes och att jag kanske har lyckats med något.”

Barnens delaktighet syns kanske mest genom att de får själva välja sin lek eller åtminstone komma med önskemål och i rörelseaktiviteter tar man i beaktande barnens önskemål. I finmotorisk verksamhet kan barnen frågas vad de skulle vilja skapa. En informant omtalar att den vuxna kan fastställa att man skall komma med, men hur man övar upp en färdighet kan varieras. En annan informant uttrycker det på följande sätt:

”Ja, samma sak kan man göra på många olika sätt, man kan göra det på handledares sätt eller bara man kommer till mål så...”

Till olika fester frågas även barnens önskemål om vad de vill uppträda med eller hur de vill förverkliga uppträdandet. En barnträdgårdslärare berättar att även de yngre barnen väljer sin lek från lekschema. Hon säger att dock är det de vuxna som har satt upp alternativen på lekschemat, men det är helt onödigt att sätta fram alternativ som inte intresserar barnen för sådant väljer de inte. Överlag beskriver hon att de yngre barnen gör sådant som intresserar dem, det är nästan onödigt att börja sälja en idé om någonting som de inte alls är intresserade av. Bästa sättet är att ett barn börjar med någonting, t.ex. hoppande, så tar det inte länge innan andra barnen är med.

I den fria leken brukar barnen också vara rörliga av sig. Respondenterna tar upp två sidor av saken. De barn som använder daghemsgården är rörliga av sig då gårdens terräng är varierande och då de har till sitt förfogande en kretsgrd som är ett med staket omringat område i naturen direkt utanför daghemsgården. De förskolebarn som använder skolgården är också rörliga av sig trots att gården är mera planlikt. Då skolgården är så öppen blåser där rätt så ofta och enligt en informant kan det vara en orsak att barnen rör sig mycket, så att de inte får kallt.

En informant beskriver på följande sätt hur barns lek och fantasi är gränslöst:

”Igår lekte de flygplan, de startade till landningsbanan från en snöhög. Då ett av barnen hittade på leken, ett annat barn kommer med och ett tredje och ett fjärde och där var den vuxnas uppgift att säga: Röda blixten startar, och då flög Röda blixten. Sen hittade de på att de går sönder och andra skulle reparera flygplanet.”

Då man räknar målen i fotboll, korgarna i korgboll och diskuterar regler får man lätt in både motion, matematik och modersmål. En informant påpekar att den vuxna inte alltid skall gå för nära lekande barn. Snarare följer man med på avstånd och ger barnen frihet att utveckla sin lek då de vuxna ofta omedvetet uppfattas av barnen som någon stort kontroll eller en som hindrar och förbjuder.

Samarbetet med föräldrarna är både dagligt samarbete och samarbete via daghemmets aktiva föräldraförening. En barngrupp hade ordnat fotografiorientering en eftermiddag då föräldrarna kom för att avhämta sina barn. En gång då det firades farsdag i daghem-

met hade det i gymnastiksalen ordnats en bana som barnen fick utföra tillsammans med sina gäster. Liknande rörlig verksamhet har ordnats under morsdagsfirandet. Personalens tanke var att inspirera föräldrarna och visa att man kan tillbringa tid med sina barn med att röra sig.

Under föräldrasamtalen behandlas även området motorik. Då kan personalen gå igenom hur föräldrarna kan stöda sina barns motion och rörelse. Det är helt beroende på barnens behov, en del kan få konkreta råd vad de kan göra med sina barn.

”I föräldrasamtalen går man igenom med föräldrarna att vad de kan, t.ex. hur man kan öva balansen, till någon kan man ge råd att gå i skogen. Ömsesidigt tittar man hurudana behov alla har, aldrig har man behövt säga att ni inte ska röra på er så mycket.”

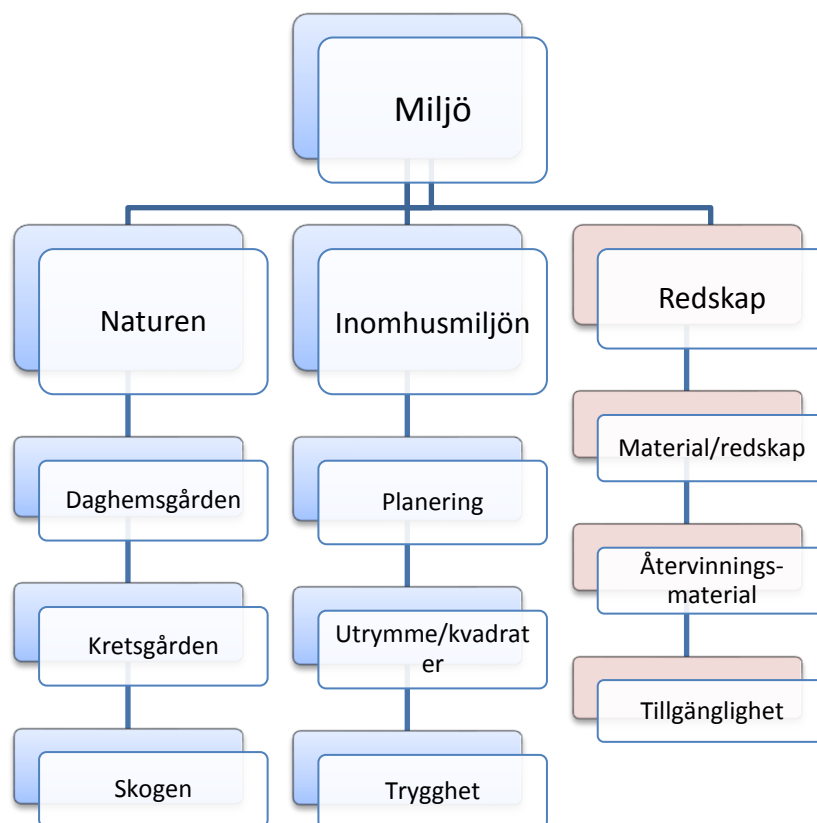
Daghemmets föräldraförening är mycket aktivt och de samlar in pengar med hjälp av olika jippon för att möjliggöra olika utflykter och verksamhet för barnen. Därtill har föräldrarna i Fantsby i Esbo bildat en egen Facebook grupp. De har ordnat en gemensam innebandygrupp som har en egen speltid. Även under förskolans föräldrakväll, där flera gruppmedlemmar till Facebook gruppen var med, diskuterades hur man kunde aktivera barnen mera på fritiden. Som förslag var att samla alla intresserade till sportplanen, som fungerar lite som byns samlingsplats. Åtminstone i början kunde föräldrarna vara med för att sätta igång lekarna och lekkulturen med de bekanta gårdslekarna. Respondenten funderar att just Fantsby är ett sådant samfundsområde i Esbo där sådant samarbete är möjligt.

Arbetssätt	<ul style="list-style-type: none"> • Den vuxna som modell • Korta arbetspass • Pausgymnastik
Intresse	<ul style="list-style-type: none"> • Läsa aktuell litteratur • Samla idéer från olika ställen • Hålla uppe sitt eget intresse
Barnens delaktighet	<ul style="list-style-type: none"> • Välja sin lek / lekschema • Välja / önska rörelseaktiviteter • Finmotorisk övning gnm skapande/byggande • Uppträdande på fester
Fostringsgemenskap och samarbete	<ul style="list-style-type: none"> • Dagligt samarbete • Inspirera föräldrarna • Föräldraföreningen • Facebook-grupp

Figur 5. Exempel på metoder för att främja rörelse och motion i vardagen.

7.2 Miljö som ramar för verksamheten

Resultaten från den andra forskningsfrågan medförde till två underteman. De två underteman behandlar naturen och inomhusmiljön. I resultaten kom fram att redskap är en stor möjliggörande faktor för rörelse och lek både i ledd verksamhet samt fri lek. Därför har redskapen tagits med här, trots att de inte direkt handlar om miljö. I figur 6 presenteras huvudtemat miljö där även redskap är med som ett viktigt element. Resultaten redogörs nedan båda undertema skilt för sig samt stycket om redskap, i löpande text, figur samt citat.



Figur 6. Ramar för främjande verksamhet.

7.2.1 Naturen

Då det talades om naturen och utomhusmiljön var tyngdpunkten på hurudan personalen inte skulle önska att gården var, gårdar som man nuförtiden oftast ser daghem ha. Ofta fälls alla träd, naturen tas bort och kvar blir en plan. En informant funderar hur barn skall öva sin balans om man tar bort alla naturliga höjdskillnader, backar, trädstammar och rotstubbar. Enligt henne visar även undersökningar att dagens barn har sämre balans. Om det inte finns balansstockar eller ens ritade hopprutor på asfalten kan man inte öva sin balans på en slätt plan. Att måla hopprutor är dessutom ingen kostnadsfråga utan mera en attitydfråga.

”Liksom på vintern i naturen där barn rör sig skulle det finnas alla möjliga kullar där man sedan kunde komma backen ner.”

Mest är informanten dock bekymrad över att man ingriper i normal terräng. Det kommer även fram i diskussionen att avsaknad av träd gör att på sommaren gassar solen så hett på gården att barnen inte orkar röra på sig. Gårdarna kan vara dystra och de kräver att en vuxen finns där som skapar rörelse eller det skall finnas redskap för barnen. Man kan alltid promenera till en näraliggande skog, men det kan upplevas krångligt att ta sig till skogen. En informant tillägger till diskussionen om skogen:

”Om det skall vara en vardaglig sak så borde den finnas skapad på gården.”

Informanterna framför att enligt dem borde det finnas gräs och stenar att hoppa från en sten till en annan, träd att knyta rep i mellan samt berg där man kunde öva sig att gå tryggt. De är nöjda med den egna gården som har en kulle där barnen kan komma nerför backe samt kretsgården precis utanför daghemsgården.

”På den här gården är det fantastiskt att det finns kretsgården som ger lite skogs-känsla.”

Därtill tillägger informanterna att det skall finnas möjligheter att gunga och klättra. En informant talar om att i dagens läge då standarden är så hög och alla gårdsredskap är så dyra så det kan begränsa möjligheterna till rörelse och kan lätt leda till att man har för många barn på för litet område.

7.2.2 Inomhusmiljön

Informanterna är alla övertygade om att man redan vid planeringsskedet, innan byggande av ett daghem, bör beakta att huset byggs för att främja motion och rörelse. Det här kräver kompromisser av planerarna jämfört med tidigare byggda daghem. Korridorerna skall vara tillräckligt breda, dörrarna skall inte öppnas mot korridoren och det

skall inte finnas hängande lampor i taket. Det skall finnas tillräckligt med utrymme, kvadrater. I daghemmet finns en gymnastiksal som används aktivt av alla. Det skall finnas rum med högt till tak så att man kan kasta bollar uppåt. Trygghetsaspekten skall finnas och det kan man lätt göra med att visualisera t.ex. filer i korridorerna som visar i vilken riktning man kan springa.

”Naturligtvis är det mycket fast vid attityder men det är klart att det skall finnas utrymme.”

”Utrymmena är gjorda så att de intresserar och möjliggör.”

En informant kommer med önskemål om att det skulle finnas klättervägg, precis som det finns i ett av rummen, längs med korridorerna där man kunde klättra.

7.2.3 Redskap

Det finns mycket material och redskap i Vanttilan päiväkoti, som informanterna är nöjda med. Redskapen används förutom vid ledd aktivitet även vid fri lek och övergångssituationerna. Så här säger en informant om materialet:

”Väldigt mångsidigt och barnen kan själva, självständigt utöva rörelse, just att de bygger och rör på sig.”

En respondent berättar hur barnen under fri lek kan i sitt sovrum använda ribbor, ringar och snören samt formbitar i olika höjd. Barnen bygger egna banor och ibland med hjälp av den vuxna. Ofta är den vuxnas uppgift att övervaka och se till att barnen går i rätt riktning på banan för att undvika krock. Barnen hoppar och gör kullerbyttor, det är väldigt uppskattat av barnen.

”Utrymmen och redskapen möjliggör definitivt det att barnen även i fri lek rör sig mycket.”

Alltid behövs inte märkvärdigt material, det räcker t.ex. med Twister-spel. Lätt får man ihop en grupp barn som övar sig sociala färdigheter, färdigheter att förhandla med varandra samt andra färdigheter som i alla spel, resonerar en informant.

Huvudpunkterna i diskussionen är det att all material och redskap skall finnas barnen fritt tillhanda samt att materialet kan göras av återvinningsmaterial.

”Att redskapen är fritt tillgängliga, inte någonstans bakom lås utan de finns liksom serverade.”

En informant talar om att material inte skall vara ett problem, man kan göra material av billiga saker, som t.ex. mjölkburkar. Magbräde är svårt att ersätta med återvinningsmaterial, annat kan nog ersättas, anser hon.

7.3 Kärnan i helheten

I detta stycke framför jag sådan information från fokusgruppsamtalet som beskriver på sätt och vis den centrala problematiken i studien.

Alla fyra informanter ansåg att barn inte mera är så rörliga som tidigare. En informant poängterade att barn rör sig alldeles för lite och sitter stilla alldeles för mycket. Utelekarna på kvällarna har nästan helt blivit borta. Barn leker inte mera med varandra på gården eller samlas till någon överenskommen plats för att leka tillsammans. Detta var vanligt tidigare, barnskaror som hittade på sina egna lekar och spel. Det verkar som föräldrarna nuförtiden heller inte ser utelekarna som motion för barn. Tre informanter ansåg en tydlig ökning av hobbyverksamhet som dock innefattar bara en del av barnen. Dessa barn har ofta flera hobbyn och föräldrarnas uppfattning tycks vara att barn rör sig om de deltar i olika föreningsverksamhet. Som motpol finns de barnen som sitter mycket framför tv:n, spelar datorspel eller hålls annars mycket inomhus.

”Ser inte via den egna barngruppen heller en grupp barn som på kvällen skulle leka ute, där barn automatiskt får andra barn i rörelse, ibland till och med mera än i ledd motion.”

”Har föräldrar den tanken att vi rör oss om, att börjar det där att man skall ha fotboll som hobby och du skall gå och spela innebandy och du måst gå hit och dit, man måst ha någon sorts föreningsverksamhet. Och man kanske glömmer att motion och rörelse kan vara det att man går ut med kompisarna och leka, att det är också motion.”

Brist på motion och rörelse hos barn syns i daghemmet med att de inte har någon vilja att röra på sig, har svårt att orka promenera, klagar lätt då man skall promenera t.ex. till eller från en busshållplats samt att det är svårt att hänga med gruppen. Det syns också tydligt att flera föräldrar gör saker i stället för barnen, trots att barnen skulle vilja göra själv. Som exempel nämns föräldrar som bär sina barn till daghemmet.

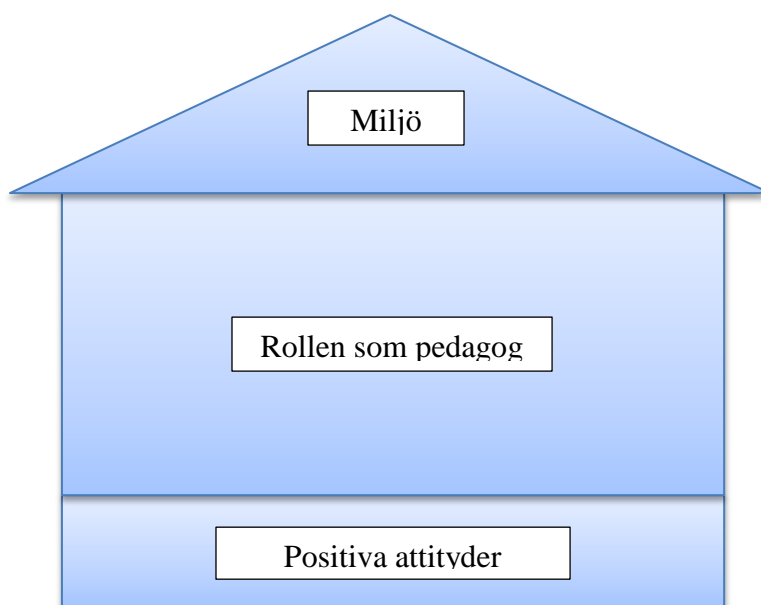
7.4 Sammanfattning av resultaten

Resultaten visar på att barnens möjligheter till rörelse och motion i vardagen påverkas av vuxnas attityder, rollen som pedagog och miljön. Vuxnas positiva attityder, intresse och motivation, viljan att sätta sig själv på spel och fungera som modell för barnen samt nerver för högre ljudnivå är några av nyckelorden för att få barn att röra på sig aktivt. Pedagogens uppgift är att se alla möjligheter och tillfällen till rörelse under dagen. Resultaten visar att man lätt får in rörelse och motion i vardagen både under ledd verksamhet som samlingar och andra ledda rörelsestunder samt under de mer fria stunderna som i leken, utevistelsen och övergångssituationerna. Vidare när det gäller att främja barnens helhetsutveckling genom rörelse och motion visar resultaten att flera olika arbetssätt påverkar och möjliggör detta. Pedagogiskt tänkande och pedagogens eget intresse är viktiga. Pedagogen kan kontinuerligt utveckla sitt arbete genom att läsa mera kunskap om ämnet, delta i fortbildningar och hämta idéer från olika ställen. Då man medvetet ökar på barns rörelse under vardagen minskar köandet och väntandet, verksamheten varierar naturligt med rörelse och stillasittande samt lekarna blir mer rörliga för barnen.

Pedagogen arbetar med barncentrerad pedagogik genom att barnen får vara delaktiga både under ledd verksamhet och i leken. Samarbetet med föräldrarna möjliggör främjandet av barnens rörelse och motion samt å andra sidan stöder och inspirerar föräldrarna att röra på sig tillsammans med barnen.

Miljön påverkar främjandet av barnens rörelse och motion. Resultaten visar dock att attityderna är mer avgörande än miljön. Daghemsgårdar där terrängen är naturlig och balansen övas automatiskt är främjande. Dagens daghemsgårdar är ofta planlika med alltför lite utmaningar för barnen. Då måste man ta sig till skogen för att få gå i naturlig terräng. Önskvärt vore att daghemsgården skulle vara naturenlig. För att miljön skulle vara mest ändamålsenlig kräver det planering och därmed kan trygghetsaspekten beaktas. För att få barnen intresserade till rörelse är lösningen ofta tillräckligt med utrymme och intressant material. Materialet kan även billigt göras av återvinningsmaterial. Hörnstenen är dock att materialet skall vara barnen lätt tillhanda, inte ligga i förrådet.

De övergripande faktorer som resultaten visar påverka barnens rörelse och motion i vardagen presenteras i följande symboliska figur.



Figur 7. Symboliskt hus om faktorer som påverkar rörelse och motion.

8 ANALYS OCH TOLKNING AV STUDIENS RESULTAT

I det följande kommer studiens metodval för datainsamling, genomförande, teoretisk referensram och koppling till tidigare forskning att analyseras och tolkas. Avsikten med den här studien har varit att klarlägga hur pedagogerna kan främja barnens helhetsutveckling för att stärka motionen genom rörelse och lek. Det har kommit fram både i denna studie samt i tidigare forskning att vuxnas attityder och pedagogens roll är av betydelse. Med detta som bakgrund samt undersökningar som visar att barnen inte rör sig tillräckligt ser jag behovet att mer medvetet aktivera barnen i småbarnsfostran och därmed har denna studie en tydlig arbetslivsrelevans.

8.1 Analys av datainsamlingsmetoden

Valet av datainsamlingsmetod var inte klart från början. Den ursprungliga tanken var att göra individuella intervjuer. Då jag bekantade mig med olika datainsamlingsmetoder blev jag rätt snabbt övertygad om att med fokusgruppsamtal får jag mest information. Var säker att i en gruppdiskussion där alla har möjlighet att komma med sina egna åsikter och inspirerar varandra att tala får man heltäckande data.

Informanterna var till en början aningen spända, men efter en stund blev de avslappnade och talade öppet samt sporrade varandra till nya diskussioner om ämnet. En av informanterna sade efter diskussionen att hon gärna skulle ha sett intervjuguiden i förväg så att man kunde ha funderat ut på svaren i förväg. Bedömer att svar som skulle ha fundrats ut på förhand skulle eventuellt ha varit t.o.m. kortare än vad svaren nu var i den trygga miljön där alla fick diskutera sina åsikter och inspirera andra och bli inspirerade av varandra. Kontaktpersonen, som var daghemmets föreståndare, var mycket hjälpsam och tillmötesgående gällande både rekrytering av informanter, reservpersoner och tidpunkt för fokusgruppsamtalet.

Jag hoppades på att alla sex behöriga barnträdgårdslärare skulle ha deltagit i fokusgruppintervjun. Med beaktande av alla semestrar och fortbildningar var det möjligt för fem barnträdgårdslärare att delta i intervjun. En informant föll bort dagen innan intervjun. Jag befarade ifall fyra informanter är för få för att få tillräckligt med information. Enligt Wibeck (2012:62) är dock fyra till sex informanter ett lämpligt antal. Tror att fast jag skulle ha haft två fler informanter, alltså alla barnträdgårdslärare från Vanttilan päiväkotii, skulle svaren vara rätt lika och samma information skulle ha kommit upp även då.

Transkriberingen av materialet var tidskrävande. Ljudkvaliteten på inspelningen var bra och för det mesta var det lätt att höra vad som sades, med undantag av några meningar som var svåra att uppfatta då en annan informant började tala, för att tala vidare om samma tema. Fokusgruppsamtalet möjliggjorde att forskningsfrågorna kunde besvaras och valet av metod för datainsamling har således varit lyckat.

8.2 Analys och tolkning i förhållande till tidigare forskning

Mellan studiens resultat och den tidigare forskningen finns det tydliga likheter. Min förståelse utgående från den tidigare forskningen var att för liten mängd rörelse hos barn, attityder och rollen som pedagog är faktorer som tydligt stiger fram i det här sammanhanget.

I mina resultat kom det fram att dagens barn rör sig mindre än vad barnen gjorde tidigare, deras lekområde begränsas av vuxna och barnen kan tydligt delas in i aktiva och passiva barn med tanke på lek och rörelse. Nuori Suomi (2011:4 f) har kommit fram till i sina studier att 2000-tals människor från västvärlden rör sig mindre än människan någonsin tidigare i historien. Barns och ungdomars *fysiska aktivitet har minskat* drastiskt de senaste 20 åren. Dagens barns omständigheter att bo, gå i skolan och trivas på fritiden utan fysisk aktivitet är så naturligt med hissar, bilar, rulltrappor, skolskjutsar, e-post och mobiltelefoner. Tidsanvändningen för barn och ungdomar har ändrats. Television, datorer och pekplattor tar tid av barnen runt om i världen. Den förändrade tidsanvänd-

ningen syns på barnens och ungdomarnas hälsa. Den direkta och indirekta verkan kan jämföras tillsammans med de mer traditionella hälsoriskerna som rökning och högt blodtryck till ett av de betydande globala hälsoproblemen. (Nuori Suomi 2011:4 f)

I likhet med mitt resultat berättar Nuori Suomi (2011:5) att finländarna börjar delas i aktiva och passiva när det gäller motion och idrott. Av Finlands en miljon under 18-åringar bara 350 000 rör sig enligt rekommendationerna, 650 000 rör sig för lite och av dessa 100 000 rör sig knappt alls. Den fysiska aktiviteten hos barn sjunker kraftigt efter lågstadieåldern. (Nuori Suomi 2011:5)

Resultaten i min studie visar att informanterna får uppmuntra föräldrarna att röra sig i vardagen tillsammans med sina barn och att man kunde gå åtminstone en del av vägen till och från daghemmet. Laps Suomen-undersökningen visar att genomsnittliga avståndet mellan hemmet och daghemmet är ca 2,5 kilometer. Två tredjedelar av tre till sexåringarna åkte i föräldrarnas bil till och från daghemmet, 23 % promenerade och 13 % cyklade. Det var sällsynt att cykla på vintern, det ersattes med promenerande eller bilskjuts. De barn som kom till daghemmet med buss eller taxi var en tjugondedel. (Laps Suomen)

Barnens vardag präglas nuförtiden av att deras möjligheter att tillfredsställa behovet av rörelse konstant begränsas. De fysiska erfarenheterna får mindre utrymme samtidigt som median i större grad tar barnens tid vilket betyder att barn inte känner sig som aktiva varelser som kan påverka sin miljö. Även tiden som spenderas inomhus, både hemma och i dagvården, har blivit längre och tiden som vistas utomhus blir kortare och kortare. (Zimmer 2001:118)

När det gäller begränsande av barnens sysselsättning och *risk*en för att barn kan stöta sig finns det likheter mellan mitt resultat och det som Hirvonen (2011) och Nuori Suomi (2011) lyfter fram. I mina resultat ser man att vuxna är rädda för att barn faller och stöter sig och därför begränsar man barnens motoriska aktivitet och har regler som inskränker rörligheten. Hirvonen (2011:24) skriver att tanken om att kunna kontrollera risker och möjligheten att fullständigt avskaffa risker har tagit ett starkt grepp om de vuxna. Om man konstant varnar barn om möjliga risker kan barnet bli känsligt för all-

ting nytt. Om ett barn inte vill delta i olika aktiviteter kan orsaken vara att det kloka barnet har anammat vad den vuxna har sagt. (Hirvonen 2011:36)

Nuori Suomi beskriver hur trygghets skapande ibland kan gå så långt att det i själva verket blir ett hot för barnets hälsa och välmående. Att hela tiden framhäva trygghet styr barnen att leka mindre rörliga lekar och samtidigt minskar tilliten till barnens kunande. Vuxna sprider ofta upplevelser av att samhället är farligt, men forskning visar inte att utelekar eller främmande människor skulle ha blivit farligare än tidigare. Det är påfrestande att växa som en människa utan möjligheter att pröva, forska och ibland även misslyckas. Utan missöden och små olyckor i varierande utelekar begränsar man barns övergripande tillväxt. Med mer tillåtande attityd stöds förutom barnens motoriska utveckling även deras problemlösningsförmåga, sociala färdigheter och emotionella utveckling. Små men hör till, man utvecklas via dem. Genom rörelse lär man sig att undvika olyckor, utan färdigheter av att röra sig är man mer benägen till olyckor. (Nuori Suomi 2011:8 f)

Enligt Hirvonen (2011) har överflödig säkerhet knippats samman med till exempel följande för barn skadliga fenomen: helhetsutvecklingen riskeras, övervikten ökas, spontana leken minskar, rums- och fartgestaltningen utvecklas inte, förhållandet till miljön försvagas och man njuter mindre av miljön. Barnens behag för risker är så stark att det tycks vara evolutionens sätt att hjälpa barn vidare i sin utveckling. Om man för mycket varnar och förbjuder kan det leda till att barn inte vågar gå vidare i sin utveckling eller barnet tar riskerna då de vuxna inte ser. Då blir barn helt utan den vuxnas handledning, vilket kunde stöda barnen i fortsättningen i fri och självständig lek samt riskbedömning. Utan vuxnas tillåtande risktagning lämnas barnen sinsemellan att öva riskkontroll. (Hirvonen 2011:135 f)

Markkula & Öörni (2009) framför att största delen av olyckor som sker för barn under 5 år händer i hemmiljön. De olyckor som sker i dagvården händer oftast på gården och det brukar vara frågan om ramlande eller trillande. Palosaaris och Saarsalmis (2006:36) undersökning visar att olyckor som händer på daghemsgårdar sker sällan och oftast är de ofarliga, det kan vara frågan om blåmärken, försträckningar eller sår. Den mest riskfyllda tiden är fri lek, då skedde tre fjärdedelar av alla rapporterade olyckor. I ledd verk-

samhet skedde bara 5 % av olyckorna. Då olyckorna hände fanns det tillräckligt med vårdpersonal på plats i de flesta fallen. Trots detta såg den vuxna bara två tredjedelar av olyckorna. (Markkula & Öörni 2009:61, 78). I Palosaaris och Saarsalmis undersökning anses daghemsutrymmen huvudsakligen vara trygga (2006:37).

När det gäller *regler och förbud* inom dagvården finns det likheter mellan mitt resultat och det som Hirvonen (2011) och Osnes m.fl. (2012) tar upp. Hirvonen anser att man inte kan förbjuda och neka hela tiden i rädslan om att barn kan stöta sig. Likadant ansåg informanterna i min studie, möjligast få förbud och tillåtande attityd är viktigt. Då barnet kan uppleva ha kontroll över situationen kan de vuxna bedöma den som farlig och sätter gränser för barnet utgående från sina färdigheter och erfarenheter och inte utgående från det individuella barnet (Osnes m.fl. 2012:131). Hirvonen (2011) talar om riskfostran och detta i positiv bemärkelse. Riskfostran och fri fostran är inte samma sak. I riskfostran behövs vuxnas tillvaro samt gemensamma regler och förbud. Grunden till riskfostran är att barnet är en medveten, aktiv och en lärande person i förhållande till de flesta risker. Barnet behöver den vuxnas stöd i att utveckla sin riskkompetens samt för att undvika dåliga, grundlösa och verkliga risker. Riskfostran lämnar inte barnet ensamt eller ger barnet en otrygg känsla. Den vill ge barnet flexibelt utrymme för att lära sig, utvecklas och växa i den närmaste utvecklingszonen. (Hirvonen 2011:133 f)

Barn i dagvården vistas mycket inomhus där det ofta finns begränsningar och regler för den kroppsliga leken. Informanterna i min studie påpekade att det är den vuxnas uppgift att se alla tillfällen till rörelse och lek samt utnyttja alla utrymmen på ett ändamålsenligt och tryggt sätt. Osnes m.fl (2012:153 f) säger att den vuxna bör beakta mängden barn tillika som det är viktigt att utnyttja alla möjligheter och utrymmen, som korridorer, för rörelselek. Det kan kännas som en prövning för personalen att skapa bra förutsättningar för barn inomhus till motorisk lek, att anpassa miljön och beakta säkerheten. Samtidigt är det viktigt att fundera på de begränsningar och regler man har i dagvården, är dessa behövliga och behöver de gälla alla barn. Samma funderingar kom fram i mina resultat. Ett annat viktigt utgångsläge, som även syns i mitt resultat, är att diskutera de vuxnas agerande och sätt att tala till barnen. Hur motiverar den vuxna barn att pröva på nya saker och hur får den vuxna alla barn med. Hur vi vuxna medverkar och vilka roller och vilken ståndpunkt vi tar påverkar barnen. Vuxnas värderingar och attityder är avgörande

omständigheter i arbetet med barn. Valet av miljöer, redskap, aktiviteter och de vuxnas sätt att tala och handla är sådana avgörande omständigheter. (Osnes m.fl. 2012:29, 50, 153 f)

Totalförbud som kan förekomma inom dagvården kan irritera både barn och föräldrar. Pedagogerna borde istället för totalförbud bygga upp sin risktillåtande pedagogik med problemlösningsinriktad metod. Man borde kartlägga problemet och definiera det konkret och exakt, diskutera med vårdpersonalen och barnen samt eventuellt med föräldrarna. Därefter bjuder man alternativa lösningar, vilkas för- och nackdelar diskuteras. Efter valet av den bästa lösningen förbinder sig alla till att pröva den en viss tid för att observera lösningens funktionalitet. Vid behov börjar man processen från början, om den första lösningen inte fungerade. (Hirvonen 2011:148). Osnes m.fl. (2012:132) poängterar att man kan överenskommet överlåta ansvaret till andra kollegor ifall någon upplever rädsla över riskfyllda aktiviteter.

Resultaten i min studie visar att onödigt bråk och konflikter har tydligt minskat i och med att barnen får röra på sig och det finns intressant material till barnens förfogande. I likhet med mina resultat reflekterar Osnes m.fl. (2012) till flera undersökningar där man har kommit fram till att *icke-önskvärt beteende* hos barn med avvikelser i utvecklingen minskade efter fysisk aktivitet som fordrar uthållighet och där man använder de stora muskelgrupperna. Osnes m.fl. bedömer att kroppslig lek som kräver uthållighet kan högst antagligen ha samma verkan. (Osnes m.fl. 2012:49 f)

Mina resultat visar tydligt vikten av rörelse och motion i vardagen. Att promenera ibland istället för att ta bilen är viktigt enligt informanterna. Dagens barn promenerar rätt så lite i vardagen och detta syns med att barnen lätt blir trötta och klagar då de ska promenera t.ex. till och från busshållplatsen. Enligt Nuori Suomi (2011:11) bör barnens omgivning breddas och berikas. *Stimulans* till rörelse skall finnas även på andra ställen än på motionsarenor. Att ta sig från ett ställe till ett annat med egen muskelkraft borde uppmuntras. En rörlig livsstil, året runt, utvecklas då rörelse förknippas som en del av vardagen. (Nuori Suomi 2011:11). Resultaten i min studie påvisar det samma.

I min studie kom det fram att en förälder som har motion som hobby är en bra modell för barnet. Om föräldrarna är rörliga är också barnen mer rörliga. Informanterna har ordnat flera jippon med avsikt att inspirera föräldrarna att röra sig tillsammans med sina barn. Nuori Suomi (2011:18) anser att den viktigaste rollen som föräldrarna har är att röra sig tillsammans med barnen. Gemensam rörelse och motion för hela familjen är det bästa sättet att väcka intresset för rörlig livsstil. Den påverkar barns senare rörelseaktivitet mera än enbart föräldrarnas egna hobby. (Nuori Suomi 2011:18).

Mina resultat korrelerar med Kyhäläs (2012) resultat från Orienteringsprojektet beträffande barnens rörlighet och *vuxnas avstånd till barnen i den fria leken*. Ju längre bort barnen är från den närmaste vuxen desto rörligare är lekarna. Lekarna är mest rörliga då avståndet till en vuxen är över 10 meter. I den fria uteleken är barnen ordentligt fysiskt aktiva 31.8 % av lektiden, fri lek utomhus tar dock tidsmässigt bara 17.9 % av hela daghemsdagen (Reunamo 2013).

I mitt resultat var informanterna medvetna om att få in mera rörelse i all verksamhet, även till förskoleuppgifter, som traditionellt brukar vara pennuppgifter vid bordet. Enligt Reunamo (2013) och Saros (2012) är barn ordentligt fysiskt aktiva i direkt pedagogisk verksamhet inomhus (pennanvändning, matsituationer etc) bara 6,6 – 6,8 % av daghemstiden. Dessa inlärningsstunder tar nästan 20 % av daghemsdagen. Barnens möjligheter till *delaktighet* kom fram i min undersökning. Barnen får bl.a. välja lekar, önska innehåll till rörelsestunderna och sättet hur de vill öva t.ex. finmotorisk verksamhet genom skapande. Enligt Osnes m.fl. (2012:41) skall barnen ges möjlighet att komma med sina egna tankar och förslag om vad de upplever som intressant i dagvården.

Man ser tydliga likheter med mitt resultat och Palmusaari & Saarsalmis (2006) undersökning när det gäller tankarna om hurudan *dagvårdsmiljön* ofta är och hur man önskar att den skulle vara. Min studie visar att gården önskas vara så naturenlig som möjligt, med naturliga höjdskillnader som rotstubbar, stenar, stockar och kullar samt med buskar och träd att klättra i, som ger skydd även för solen. Av inomhusmiljön önskades tillräckligt med kvadrater, breda korridorer där dörrarna öppnas inåt av säkerhetsskäl och rum med högt till tak där man kan kasta bollar.

I Palmusaari & Saarsalmis (2006) undersökning ansåg 41 % av dagvårdspersonalen gårdarna stimulansfattiga i jämförelse med barnens behov. Gårdarna var rätt så lämpliga för barns rörelse, utespel, egna lekar och grupplekar. På gårdarna fanns naturlig terräng som buskar, träd, gräs och områden med ytbeläggning var liten. Dagvårdspersonalen önskade mera trygga redskap som klätterställningar och gungor samt mera gräs och grönt. Gårdarna för de yngre barnen önskades vara större och innehålla mera mångsidig stimulans med beaktande av barnens ålder. Det kom fram i undersökningen att personalen ansåg att gårdarnas ensidighet, som planlighet och tråkighet borde avskaffas. (Palmusaari & Saarsalmi 2006:22 f). Osnes m.fl. (2012:146) poängterar att miljön skapas oftast enligt vuxnas uppfattningar om vad som är lämpligt och intressant för barnen, de vuxna tänker på kontroll och synlighet då barn har viljan att hitta ställen där man kan gömma sig.

Enligt Fjørtoft (2001:114-117) betyder lek i naturen mycket för barns utveckling. Den senaste tiden har man i Norge börjat använda naturliknande element som utrustning på lekplatserna. Klätterträd i stället för klätterställningar, liggande trädstammar och stora stenar att klättra och balansera på samt hoppa från, jordhögar att rulla ner från och åka pulka på vintern, buskar att gömma sig i mm. (Osnes m.fl. 2012:155). I Norge brukar daghemmen även ha ett kök som är byggt i barnproportion, ett rum för härjande och ett där man kan lugna ner sig samt rum för vattenlek (Itkonen 2014:42 f).

Av dagvårdspersonalen som deltog i Palmusaari & Saarsalmis (2006) undersökning berättade 21 % att det fattades en gymnastiksal från daghemmet. Bra med utrymme för lek fanns i 29 % av de svarades daghem. Överlag tycktes att det finns rätt så lite utrymme som är menade för barn i jämförelse med barnantalet och verksamheten. Det finns även för lite förrådsutrymmen. Av personalen ansåg 37 % att det skulle behövas mera möbler och redskap som skulle stöda arbetet med barnens utveckling. Speciellt önskades mer olika leksaker, motionsredskap och musikinstrument. Tillgängligheten (t.ex. att lätt kunna röra sig, att se och höra bra) utvärderades vara rätt så bra. (Palmusaari & Saarsalmi 2006:24 f)

Utgående från föräldrarnas svar i Palmusaari & Saarsalmis (2006) undersökning kan man säga att speciellt förskolebarnen borde ha mera utrymme för utespel och rörelse.

Mera önskades fasta lekredskap och grönska samt större gårdar och mera mångsidighet på gården. Inomhusmiljön upplevdes labyrinthisk och föräldrarna önskade förbättring på denna punkt. (Palmusaari & Saarsalmi 2006:29, 33)

8.3 Analys och tolkning i förhållande till den teoretiska referensramen

Den övergripande grundtanken för den teoretiska referensramen var Vygotskys proximala utvecklingszon, Bronfenbrenners ekologiska teori samt barns lek. Både Vygotskys och Bronfenbrenners teorier är kontextuella. Båda poängterar vikten av omgivningen och växelverkan i sociala situationer i barns utveckling. Genom den abduktiva innehållsanalysen reflekteras empirin mot teorin. Resultaten av undersökningen går hand i hand med teorin i referensramen.

Informanterna i min undersökning påpekade flera gånger att de vuxna skall ge barnen möjligheter att röra på sig samt själva fungera som modell och göra saker tillsammans med barnen och inte bara vara passiva. Hirvonen (2011) säger att pedagogen skall fundera om risken är lämplig med tanke på det enskilda barnet och uppmärksamma att kunskapen att bedöma och hantera risker utvecklas småningom hos barnet. Riskerna skall vara i meningsfull relation till barnets nuvarande utvecklingsnivå och den proximala utvecklingszonen. Att den kunskapen utvecklas skall man ge barnet tid och möjligheter att utveckla kunskapen. Ansvar att handleda barnet i denna process ligger hos de professionella fostrare och hos föräldrarna. (Hirvonen 2011:128, 145)

I mina resultat kommer det fram de yngre barnens glädje att tillsammans röra på sig med hjälp av en vuxen. Tillsammans kan de bygga olika banor som barnen går runt och den vuxnas uppgift är att se till att alla går i samma riktning av säkerhetsskäl. Onsnes m.fl (2012) framhäver att om man med de yngre barnen har förhållningssättet att miljön fungerar som lärare får man omväxlande och intressanta rörelseutmaningar för barn. Barnen förstår kanske inte lika lätt en muntlig instruktion, men är ofta motiverade att

undersöka och pröva med den egna kroppen, både för sig själv och tillsammans och med hjälp av andra barn. För de yngsta barnen innebär en anpassad fysisk miljö och hjälp av ivrigt intresserade vuxna mycket. (Osnes m.fl. 2012:47).

Av det som framkommit i resultatet av min undersökning kan man se att mycket av det som kan ha påverkat vuxnas attityder till rörelse och lek sker på Bronfenbrenners högsta nivå, makronivån. Det är på makronivån situationen definieras som ett problem med barn som rör sig för lite. Som följd av detta har vi en betydlig hälsorisk med stora samhällsekonomiska kostnader (Nuori Suomi 2011:5). Att tekniken har utvecklats, med internet och barns tillgänglighet till teknik börjar vara en kulturell sak i vårt land, det är således en omständighet som utgår från makronivån. Läroplanen för småbarnsfostran och förskolan tar upp den fysiska och motoriska utvecklingen som en viktig del. Det verkar som läroplanerna och småbarnsfostran över lag inte hinner med i samma förändringstakt som kulturen för barn gör. Kontakten med makrosystemet med ekonomiska och politiska beslut, men även inställningar, påverkar hur dagvårdsmiljön i mesosystemet planeras att se ut. Företeelser som sker på makronivå inverkar hur de lägre nivåerna fungerar. Som exempel kan man säga att med vuxnas ändrade förhållningssätt till barn och vikten av att röra på sig tillräckligt blir barnen påverkade i direkt mening.

På Bronfenbrenners exonivå har dagvårdsorganisationen en betydande roll i påverkan av barnens rörelse och lek. I resultatet kom det fram vikten att kontinuerligt delta i fortbildning, läsa aktuell litteratur och söka efter idéer för att upprätthålla sitt intresse i arbetet. Dagvårdsorganisationen har möjlighet att erbjuda och påyrka möjligheter till sådan intressebevakning. Massmedierna har en stor möjlighet att inverka på folks uppfattningar om barnens rörelse och lek samt vikten av dessa.

Viktiga relationer på Bronfenbrenners mesonivå är mellan hemmet och rådgivningen, hemmet och dagvården samt hemmet och grannskapet. Relevant är även samarbete mellan dessa och att de stöder varandra för att på ett ändamålsenligt sätt stödja barnet i utvecklingen och socialisationen. Enligt Bronfenbrenner (1976:160) kräver barnets positiva utveckling samarbete mellan hemmet och daghemmet för att de tillsammans kan stödja barnet. Fostringsgemenskap betyder att föräldrar och dagvårdspersonal tillsammans medvetet satsar på att stödja barns fostran samt lärande, vilket därmed uppenbar-

ligen påverkar barnets utveckling. Resursfördelningen i samhället från makronivån påverkar dagvården och därmed barnets utveckling. Med mer resurser till dagvården har också dagvården bättre möjlighet att tillfredsställa barnets behov med tillräckligt med personal, lagom stora grupper, funktionell och trivsamt miljö samt lämplig utrustning. För att barnet skall ha det bra inom dagvården bör även personalens förhållanden vara bra. I mikronivån skall de vuxna kring barnet, som det även kom fram i resultatet av undersökningen att se och erbjuda situationer till rörelse och lek, erbjuda intressant material, låta barnen vara delaktiga samt vuxna och barn kring barnet fungera som modeller och intresseväckare.

I mina resultat kom det fram att barnen är rörliga i fria leken. Ofta är det ett barn som börjar och andra barn kommer med i leken en efter en. Informanterna berättar hur de sociala färdigheterna utvecklas i lek och rörelse och barnen får nya vänner. I Lehtos (2012) undersökning studerades kamratförhållanden och den fysiska aktivitetens inbördes relation i dagvårdsmiljön. I resultatet framkommer att desto mindre rör barn sig ju svagare kontakt barnet har till andra barn. Fysiskt aktiva barn trivs bland andra liksinnade. De slutsatser som Lehto kom fram till i sin undersökning var att barns sociala kompetens påverkar deras fysiska aktivitet, de barn som är aktiva i sina kamratrelationer är även fysiskt aktiva och dessa barn hittar lätt varandra samt tillbakadragna och blyga barn blir mer passiva bland fysiskt aktiva barn. Barn som är mindre aktiva behöver öva sin motorik bland barn som ungefär ligger på samma utvecklingsnivå för att tillsammans utmana varandra inom den proximala utvecklingszonen. Fysiskt mindre aktiva barn kan bli passiva bland fysiskt aktiva barn då de mer passiva kanske upplever att det är färdigheter som barnet ännu inte klarar av.

Barn som leker risklekar får genom att utmana sig själva en motoriskt vidare rörelseregister, bättre fysiskt tillstånd och bättre självförtroende och självkänsla än de försiktigare barnen. De försiktigare barnen går miste om lika mycket kroppslig erfarenhet som de aktiva vinner på sitt naturliga behov av att undersöka och pröva. Detta kan leda till en sämre lekompetens, i varje fall i den kroppsliga leken. (Osnes m.fl. 2012:133)

Vikten av de vuxnas inställningar och positiva attityder kom tydligt fram i min undersökning. De vuxna skall inte stå stilla utan aktivera och uppmuntra barnen till rörelse. I

min undersökning räknas utevistelsen till en av de viktiga tillfällen för barnens lek och rörelse. Mina resultat överensstämmer med det vad Osnes m.fl säger. De säger att det är viktigt att barnens lek på gården inte bara blir fri lek och en möjlighet för de vuxna att ta en paus. Uteleken är en av de många viktiga delarna av den pedagogiska verksamheten. Detta kräver en aktiv inställning och positiv attityd från de vuxna till barns lek. (Osnes m.fl. 2012:156).

9 KRITISK GRANSKNING OCH DISKUSSION

Syftet med undersökningen var att undersöka hur pedagogerna på ett medvetet sätt kan arbeta för att främja barnens helhetsutveckling med att stärka motionen genom rörelse och lek. De resultat jag har kommit fram till i studien visar att grunden för att pedagogerna kan främja barnens helhetsutveckling genom motion är positiva attityder, eget intresse, utrymme och intressant redskap. Efter studien kan man inse hur stor och avgörande roll attityderna har.

Intervjuguiden hade gjorts upp utgående från den tidigare forskningen och frågeställningarna. Frågorna i intervjuguiden var öppna, men temat var rätt så styrt så att informanterna skulle hållas inom området som var av intresse. Följdfrågor ställdes ifall jag ville att informanten skulle förklara sitt svar vidare eller för att försäkra mig om att jag uppfattat svaret rätt. Vid två frågor bad en av informanterna att jag skulle precisera vad jag menade med frågan. Efter transkriberingen analyserade jag materialet och bildade teman som åskådligt beskriver informanternas tankar om ämnet för intervjun. Jag försökte vara så objektiv som möjligt men min förförståelse kan ha påverkat kategoriseringen av materialet trots att jag eftersträvat att utgå objektivt från intervjusvaren. Kategoriseringen i en motsvarande forskning kunde se annorlunda ut utgående från forskarens potential och vilja att namnge de olika kategorierna. De intervjufrågor som jag fick precisera eller omformulera kan ha inverkat på svaren. Annars tror jag att man torde komma till liknade resultat genom en motsvarande forskning.

Enligt Kvale & Brinkmann (2009:263) handlar studiens tillförlitlighet om huruvida samma resultat kan fås vid andra tidpunkter och av andra forskare. Även intervjuarens tillförlitlighet och frågor som kan påverka svaren kan ha verkan på forskningsresultaten. Man skall dock inte låta medvetandet om tillförlitlighet hindra kreativitet och variationsrikedom i forskningen. (Kvale & Brinkmann 2009:263 f)

Valet av datainsamlingsmetod för min forskning beskrivs och motiveras i kapitel 6 och metoden visade sig vara lämplig med tanke på undersökningens syfte. Trovärdigheten har beaktats vid sökandet av tidigare forskning. Forskningsprocessen redogörs för i metodkapitlet och intervjuundersökningens genomförande har presenterats i kapitel 6.2.

Etiska reflektioner beskrivs i kapitel 6.4 och har beaktats under alla skeden av studiens genomförande. Den abduktiva tolkningen av resultaten har fått mig att konstant tänka hur jag skall återge resultaten på ett begripligt sätt och så att den konsekvent samspejar med teorin. Anser att resultaten från min studie kan generaliseras till andra motsvarande situationer och att resultaten representerar den verklighet som den grundar ifrån. Till följd där av anser jag att studien är trovärdig.

Kvale och Brinkmann (2009:264) skriver att trovärdighet, eller validitet, innebär att metoden för datainsamling undersöker det som man framhåller att den gör. Trovärdigheten präglar forskningsprocessens alla skeden. Det kan ge uttryck åt hur forskaren kan använda sin förförståelse i hela forskningsprocessen. De tolkningar som man presenterar i sin undersökning skall framföras på det viset att läsaren av forskningsrapporten kan skapa sin egen uppfattning av tolkningarnas trovärdighet. (Patel & Davidson 2003:103, 105)

Ifall resultaten från en kvalitativ intervju bedöms vara tillräckligt tillförlitliga och trovärdiga kvarstår frågan om resultaten är huvudsakligen av lokalt intresse eller om de kan återges i andra undersökningssituationer och med andra personer. Det talas ofta om resultat från intervjustudier kan generaliseras. Då borde man kanske inte fokusera så mycket på frågan om resultaten kan generaliseras i största allmänhet, utan om den kunskap som framhållits under en intervju kan föras över till andra betydelsefulla situationer. (Kvale & Brinkmann 2009: 280 f)

Min studie handlade om pedagogers sätt att stärka barnens motion med rörelse och lek och kontexten för studien var ett daghem som har specialiserat sig på barns rörelse och motion. Jag anser att resultaten sannolikt är generaliserbara inom samma kontext. Eventuella svar från ett daghem som inte har specialiserat sig på rörelse och motion skulle säkerligen inte helt kunna generaliseras till min studie. Kan tänka mig en skillnad med attityderna och tyngdpunkten skulle sannolikt ha varit mera på regler med trygghet som förklaring.

Kan förstå att föräldrarna kan i bland bli villrådiga då det talas både om att inte bära barn hela tiden, som det kom fram i min undersökning, samt då det sägs att man har ald-

rig sina barn för mycket i famnen. Barnpsykiater Jukka Mäkelä (Tiessalo 2014) säger att om ett barn ber om att komma i famnen skall man lyfta barnet i famnen och att det är en föråldrad uppfattning som borde slopas att barn far illa eller blir bortskämda ifall de får för mycket närhet. Båda ståndpunkterna är viktiga och sanna, barn behöver både närhet och rörelse. Man borde inte tänka att man väljer antingen eller, utan man skall välja dem båda. Kanske det är pedagogernas uppgift att stödja föräldrarna att hitta en bra balans mellan dessa. Att föräldrarna kunde känna igen de stunder då barnet kan röra på sig och utveckla sin motorik samt de stunder då barnet behöver närhet för att reglera sitt beteende och minska stressnivån hos barnet.

En sak som pedagogerna får hitta en bra balans med är avståndet till lekande barn. Det har kommit fram i min studie och bl.a. Orienteringsprojektet att barn är mer rörliga ju längre bort de vuxna befinner sig. Å andra sidan skall vuxna stöda barn i leken, speciellt de barn som har svårt att komma in i leken, och övervaka leken så att ingen blir åsidosatt eller utsatt för mobbning. Det kom fram i Stoor-Grenners och Kirves undersökning som handlade om småbarns mobbning, att mobbning sker t.ex. vid val av lekgrupp och under lekens gång. De vuxna kan vara med och sätta igång en lek för att sedan ta lite avstånd från leken för att med jämna mellanrum gå och se och lyssna hur leken framskrider och för att eventuellt hjälpa barnen komma vidare i leken samt därefter igen ta avstånd från leken.

Det som man rätt så ofta får höra av andra föräldrar, och har även egna erfarenheter av detta, är problemet kring barnens hobbyverksamhet. Det är svårt att hitta en klubb eller förening där man skulle få t.ex. spela fotboll eller innebandy en gång i veckan för att det är roligt. I de flesta föreningar blir spelandet så seriöst och upptar flera kvällar i veckan och t.o.m. helger. Man kan också se en risk med att träna bara en sportgren, då utvecklas bara vissa rörelser och muskler, träningen kan lätt bli ensidigt med tanke på barnens helhetsutveckling. Enligt Nuori Suomi (2011:23) har en tidig specialisering i en viss gren visat sig att färdigheterna övas för ensidigt med tanke på själva grenen. Tidig specialisering leder till att bara vissa fysiska färdigheterna utvecklas och då ökar i själva verket risken för skador. Det konstateras även att många barn lämnar sina hobbyn då det blir så allvarligt eller tävlingsinriktat. Föreningarna borde ta mera in lekfullhet i sin verksamhet. (Nuori Suomi 2011: 17, 23). Många gånger är verksamheten i olika före-

ningar så dyrt att alla inte har råd med idrott i någon förenings regi. Puronaho (2014) konstaterar att hobbyssportandets kostnader har fördubblats eller till och med trefaldigats på tio år.

Inom småbarnsfostran uppskattas ofta lugna aktiviteter så att det är enklare att styra barngruppen och så att ljudnivån inte blir för hög. Ofta ordnas s.k. bordsbunden verksamhet där barnen spelar, tittar i böcker, ritar eller t.o.m. leker vid borden, så att smådelar inte tappas bort. I förskolan blir det ofta naturligt mera bordsbunden verksamhet då verksamheten är mera strukturerad och barnen övar sig att påbörja och slutföra en uppgift. Men även i förskolan bör man variera stillasittande med rörelse och flera mål som ställs i läroplanen kan integreras i aktiviteter där barn inte behöver sitta stilla. Rörelse är ett ypperligt tillfälle att fylla alla de situationer där barn behöver vänta på att något skall ske. Barn upplever ro och lär sig att samspela med den miljön de lever i.

Egentligen överraskade resultaten mig inte gällande attityderna och hur stor betydelse de har för barnens lek och rörelse. Men det får mig att fundera hur barns motion och rörelse kan vara bundet till dagvårdspersonalens attityder. Både Grunderna för planen för småbarnsfostran (2005) och Grunderna för förskoleundervisningens läroplan (2010) tar upp inlärningsmiljön, barnens dagliga behov av fysisk aktivitet och vuxnas positiva förhållningssätt. I mitt eget förvärvsarbete har det kommit fram att det är få vuxna inom småbarnsfostran som känner till Motionsrekommendationerna för förskoleverksamhet, som är ett viktigt redskap i arbetet. Hoppas att föreståndarna, med ansvar över pedagogiskt ledarskap samt de pedagogiskt ansvariga i barngrupperna tar på allvar sin pedagogiska uppgift och använder i sitt arbete, eller ser till att pedagogerna använder, detta viktiga styrdokument. Anser att alla dessa ovan nämnda styrdokument bör följas, ingen kan välja om man vill följa dem eller inte. Därmed borde vi se mycket rörelse i våra daghem och vänta-stunder borde just inte finnas. Vänta får man ändå i livet i olika situationer, barn lär sig inte vänta med att vänta. Att sitta länge är ansträngande för småbarns centrala nervsystem och barn i ett års ålder borde man inte alls ha och sitta i onödan för att vänta (Helenius, Karila, Munter, Mäntynen & Siren-Tiusanen 2001:71).

Jag har med respekt och intresse tagit del av tankarna hos pedagogerna i Vanttilan päiväkotit, om deras sätt att stärka motionen med rörelse och lek samt samtidigt kunnat

konstatera att andra forskningar kommit till liknande resultat. Det har varit en inspirerande uppgift att formulera resultatet läsbart, intressant och framför allt, användbart för arbetsgemenskaper. Min förhoppning är att föreståndarna inom dagvården, jag och mina kollegor kan skapa en positiv attityd till rörelse och motion med hjälp av denna studie. Minst lika viktigt är att pedagogerna kan sporra sina team att dagligen skapa flera tillfällen för barn att leka och röra så att verksamheten blir mer rörlig och alla övergångssituationerna blir smidigare då man även där ordnar sporrande rörelse för barnen. Hoppas i snar framtid se många daghemsbarn klättra i träd.

Fortsatta forskningsområden av intresse kunde vara hur fortsätta främja skolbarns motion. Det talas en del om att främja småbarns motion och Nuori Suomi försöker aktivt inspirera daghemmen med färdigt material och med att ordna gårdsevenemang på daghemmen där både barn, personal och föräldrar aktiveras och inspireras på ett trevligt sätt till motion. Då vi har fått i gång aktivare rörelsefostran på daghemmen kan man ställa sig en fråga om detta fortsätter i skolan? Enligt skolans läroplan har eleverna två lektioner gymnastik i veckan, detta betyder ungefär 25 timmar motion i året. Det är alldeles för lite. Docent Outi Mäkinen (enligt Mannström 2014) diagnostiseras allt fler barn med osteoporos som kan orsakas av brist på motion och ohälsosam kost. En ny läroplan utarbetas för för- och grundskolan och den torde vara färdig hösten 2016. För gymnastikens del är det meningen att eleverna skall växa som individer samt lära röra på sig. Eleverna skall lära känna igen och hantera sina känslor, respektera andra samt utveckla en positiv självbild. (Hufvudstadsbladet 2014). Det talas ingenting om att öka antalet gymnastiktimmar. Hur kommer samhället att se till att eleverna motionerar tillräckligt? Det kom fram även i denna forskning att påverkan startar redan från samhället på makronivån.

KÄLLOR

- Alvesson, Mats & Sköldbberg, Kaj. 2008, *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur, 598 s.
- Bell, Judith. 1995, *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur, 174 s.
- Bronfenbrenner, Urie. 1976, *Två barndomsvärldar. Baruppföstran i Sovjetunionen och USA*. Lund: Wahlström & Widstrand, 191 s.
- Bronfenbrenner, Urie. 1979, *The Ecology of Human Development. Experiments by nature and design*. Harvard College, 330 s.
- Bronfenbrenner, Urie. 1994, Ekological models of human development. Ingår i *International Encyclopedia of Education*, Vol. 3, 2nd Ed. (ss 37-43). Oxford: Elsevier.
- Bråten, Ivar (red.). 2011, *Vygotskij och pedagogiken*. Lund: Studentlitteratur, 163 s.
- Ellneby, Ylva. 2003, *Titta vad jag kan! Vad föräldrar behöver veta om barns utveckling*. Nacka: Natur och Kultur, 158 s.
- Elo, Satu & Kyngäs Helvi. 2008, The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing* 62(1), s. 107-115.
- Ericsson, Ingegerd. 2008, *Rör dig – lär dig. Motorik och inläring*. Stockholm: SISU Idrottsböcker – idrottens förlag, 190 s.
- Erikson, Erik Homburger. 1993, *Barnet och samhället*. Stockholm: Natur och Kultur, 277 s.
- Fjørtoft, Ingunn. 2001, The Natural Environment as a Playground for Children: The Impact of Outdoor Play Activities in Pre-Primary School Children. *Early Childhood Education Journal* 29(2), s. 111-117.

- Fjørtoft, Ingunn & Reiten, Tone. 2003, *Barn og unges relasjoner til natur og friluftsliv. En kunnskapsoversikt*. Porsgrunn: Hogskolen i Telemark, 88 s.
- Forskningsetiska delegationen. 2012, *God vetenskaplig praxis –anvisningar 2012*.
- Grindberg, Tora & Langlo Jagtöien, Greta. 2000, *Barn i rörelse*. Lund: Studentlitteratur, 147 s.
- Grunderna för förskoleundervisningens läroplan*. 2010. Föreskrifter och anvisningar 2010:21. Utbildningsstyrelsen.
- Grunderna för planen för småbarnsfostran*. 2005. Version II. Handböcker 61. Stakes.
- Gustafsson, Bengt; Hermerén, Göran & Petersson, Bo. 2004, *Vad är god forskningssed? Synpunkter, riktlinjer och exempel*. Stockholm: Vetenskapsrådet, 88 s.
- Halme, Riikka. 2011, Ei enää yksin pihalla tumput suorana, *Keskiuusimaa*, 22.9.2011.
- Helenius, Aili; Karila, Kirsti; Munter, Hilkkä; Mäntynen Pirkko & Siren-Tiusanen Helena. 2001, *Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita*. Helsinki: WSOY, 289 s.
- Hirvonen, Tatu. 2011, *Varo varo varo! Irti ylisuojelevasta kasvatuksesta*. Hämeenlinna: Minerva Kustannus Oy, 184 s.
- Hufvudstadsbladet*. 2014, Nya läroplanen förändrar gymnastiken, 26.1.2014.
- Hujala, Eeva; Puroila, Anna-Maija; Parrila, Sanna & Nivala, Veijo. 2007, *Päivähoi-
dosta varhaiskasvatukseen*. Hyvinkää: Edufin, 205 s.
- Hylander, Ingrid. 2001, *Fokusgrupper som kvalitativ datainsamlingsmetod*. FOG-rapport nr 42. Linköping: Linköpings universitet, 28 s.

Hägglund, Kent. 1989, *Lek-teorier*. Esselte Studium AB, 88 s.

Härkönen, Ulla. 2008, Teorian ja tutkimuskohteen vuorovaikutus – Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria ihmisen kehittymisestä. Ingår i A.Niikko, I. Pellikka & E. Savolainen. (red), *Oppimista, opetusta, monitieteisyyttä. Kirjoituksia Kunnankaartanmäältä*. SOKL:n verkkokirjoja. s. 21-39.

Itkonen, Leila. 2014, Edistyksellisesti yhdessä, *Lastentarha*, nr 3, s. 40-43.

Karvinen, Jukka; Rätty, Kirsi & Rautio, Sari. 2010, *Haasteena liikkumattomat lapset ja nuoret*. Helsinki: Nuori Suomi ry, 25 s.

Kaskela, Marja & Välimäki, Anna-Lena. 2006, *Småbarnsfostran. Information till småbarnsföräldrar*. Helsingfors: Stakes och Social- och hälsovårdsministeriet, 12 s.

Kehitystehtävät ja ratkaisumallit. *Orientaatioprojekti*. Tillgänglig: <http://www.blogs.helsinki.fi/reunamo/kehitystehtavien-taustaa/> Hämtad 5.5.2014.

Kvale, Steinar & Brinkmann Svend. 2009, *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur, 370 s.

Kyhälä, Anna-Liisa. 2012. Lasten fyysinen aktiivisuus ja varhaiskasvatuksen oppimisympäristöt. *Orientaatioprojekti*. Helsingin yliopisto. Tillgänglig: <http://www.helsinki.fi/~reunamo/apu/lehto.pdf> Hämtad 16.5.2014.

Laps Suomen –tutkimus. Valtakunnallinen 3-12 –vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuuden perusselvitys. Tillgänglig: <http://extranet.nuorisuomi.fi/download/attachments/7209022/LAPS+SUOMEN+-tutkimus.ppt> Hämtad 22.5.2014.

Larsson, Staffan. 2011, *Kvalitativ analys – exemplet fenomenografi*. Linköping, 47 s.

Lasten terveys. LATE-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Raportti 2/2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Lehto, Satu. 2012, Vertaisryhmän merkitys lasten liikuttajana päivähoidossa. *Orientaatioprojekti*. Helsingin Yliopisto. Tillgänglig: <http://www.helsinki.fi/~reunamo/apu/lehto.pdf> Hämtad 16.5.2014.

Mannström, Amanda. 2014, Stillasittande barn i farozonen, *Hufvudstadsbladet*, 12.5.2014.

Markkula, Jaana & Öörni Erkkä. 2009, *Turvallinen elämä lapsille ja nuorille. Kansallinen lasten ja nuorten tapaturmien ehkäisy ohjelma*. Helsinki: THL, 156 s.

Motionsrekommendationer för förskoleverksamheten. 2005, *Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset*. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17.

Nuori Suomi. 2011, *10 teesiä ja 100 lupautta. Manifesti lasten ja nuorten liikkumisesta. Lasten ja nuorten liikkumisen ja urheilun kulttuurin tulevaisuus 2020*.

Orienteringsprojektet. *Orientaatioprojekti*. Tillgänglig: <http://blogs.helsinki.fi/orientate/projekt-pa-svenska/> Hämtad 3.5.2013.

Osnes, Heid; Skaug, Hilde Nancy & Kaarby, Karen Marie Eid. 2012, *Kropp, rörelse och hälsa i förskolan*. Lund: Studentlitteratur, 179 s.

Palosaari, Airi & Saarsalmi, Olli. 2006, *Päivähoitopaikkojen tilat ja turvallisuus*. Helsinki: Sosiaali ja terveysministeriö, 40 s.

Partanen, Petri. 2007, *Från Vygotskij till lärande samtal*. Stockholm: Bonnier utbildning, 175 s.

- Patel, Runa & Davidsson Bo. 2003, *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur, 149 s.
- Pramling-Samuelsson, Ingrid & Lindahl, Marita. 1999, *Att förstå det lilla barnets värld – med videons hjälp*. Stockholm: Liber, 127 s.
- Pramling-Samuelsson, Ingrid & Sheridan Sonja. 2006, *Lärandets grogrund*. Lund: Studentlitteratur, 152 s.
- Puroila, Anna-Maija & Karila, Kirsti. 2001, Bronfenbrennerin ekologinen teoria. Ingår i K. Karila, J. Kinos & J. Virtanen. (toim.), *Varhaiskasvatuksen teoriasuuntauksia*, s. 204-226. Juva: PS-kustannus.
- Puronaho, Kari. 2014, *Drop-out vai throw-out? Tutkimus lasten ja nuorten liikuntaharrastusten kustannuksista*. Opetus ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2014:5.
- Reunamo, Jyrki. 2013, Liikunnan iloa-seminaari. Päivähoidon liikuntatutkimuksen tuloksia. [muntl.]. Föreläsning 23.4.2013.
- Saarinen, Pirkko; Ruoppila, Isto & Korkiakangas, Mikko. 1994, *Kasvatuspsykologian kysymyksiä*. Helsingin yliopisto sekä Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus, 266 s.
- Saros, Leila. 2012, Lasten liikunnan määrä päivähoidossa. *Orientaatioprojekti*. Tillgänglig: <http://www.helsinki.fi/~reunamo/apu/saros.pdf> Hämtad 16.5.2014.
- Stoor-Grenner & Kirves. *Mobbar även små barn?* Mannerheims barnskyddsförbund, 59 s.
- Tiessalo, Paula. Lastenpsykiatri: On vaarallista ajatella, että syli on lapselle palkinto. *Yle Uutiset, Kotimaa*, 24.2.2014. Tillgänglig: http://yle.fi/uutiset/lastenpsykiatri_on_vaarallista_ajatella_etta_syli_on_lapselle_palkinto/7104628 Hämtad 25.5.2014.

- Trost, Jan. 2010, *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur, 165 s.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi & Anneli. 2002, *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 159 s.
- Valo. Tillgänglig: <http://www.sport.fi/uutiset/> Hämtad 25.5.2014.
- Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset*. 2005, Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17. Helsinki.
- Wibeck, Victoria. 2012, *Fokusgrupper. Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur, 178 s.
- Vygotsky, Lev Semyonovich. 1978, *Mind in society. The development of higher psychological processes*. America: Harvard College, 159 s.
- Zimmer, Renate. 2001, *Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita*. Helsinki: LK-KIRJAT, 183 s.

BILAGA 1 INTERVJUGUIDEN

Öppningsfråga:

Miten olette päätyneet työskentelemään päiväkodissa joka toimii lasten ja liikunnan opimiskeskuksena?

Introduktionsfråga:

Mikä on teidän yleinen käsityksenne lasten liikkumisesta nykypäivänä?

Övergångsfråga:

Mitä muuta toimintaa teillä on joka ohessa stimuloi myös motorista kehitystä?

Mikä on kyseisten toimintojen päätavoite?

Mitä metodeja käytätte?

Nyckelfrågor:

Miten teidän mielestänne kuvastaa termiä ”lapsen kokonaiskehitys”?

Miten käsitätte sanat leikki ja liikkuminen?

Miten liikkumisen ja leikin avulla voi arkisissa tilanteissa tukea lasten kokonaiskehitystä päiväkodissa?

Mitä metodeja käytätte lapsen liikkumisen tukemisessa?

Mistä metodeista sinä pidät eniten?

Minkälainen päiväkotiympäristö kehittää lasten kokonaiskehitystä liikunnan ja leikin avulla? (Fyysiset tilat sisällä ja ulkona, materiaalit, pedagoginen ympäristö, yleinen suhtautuminen.)

Minkälaista arvokeskustelua olette käyneet päiväkodissa lasten liikunnan tukemiseksi?

Mitä haasteita kohtaatte lasten liikkumisen tukemisessa?

Millä tavalla lasten liikkumista voisi lisätä entisestään?

Mitä edellytyksiä lisätukemiseen tarvitaan?

Minkälaiset säännöt rajoittavat lasten liikkumista?

Jos teillä on sellaisia sääntöjä, perustele säännöt.

Miten lasten osallisuus otetaan huomioon toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa?

Miten liikkuminen näkyy lasten vapaassa leikissä?

Millä tavalla olette saaneet vanhemmat mukaan yhteistyöhön lasten liikunnan tukemisessa?

Avslutande frågor:

Kaikesta mistä olemme nyt keskustelleet, mikä on sinulle kaikista tärkein asia?

Olemmeko unohtaneet jotain keskeistä?

BILAGA 2 BREV TILL KONTAKTPERSONEN

Opinnäytetyö –tutkimus Vanttilan päiväkodissa

Olen Micaela Pohjola, ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon sosiaalialan opiskelija Arcadasta. Peruskoulutukseltani olen kasvatustieteen kandidaatti. Lopputyöni on kvalitatiivinen tutkimus jonka tarkoituksena on selvittää miten varhaiskasvatuksen pedagogit tukevat lasten kokonaiskehitystä arjessa liikkumisen avulla, leikin kautta. Tutkimuksen pääpainopiste on pedagoginen näkökulma lasten liikkumisen tukemisessa arkisissa tilanteissa. Tutkimus toteutetaan ryhmäkeskusteluna.

Toivoisin saavani ryhmäkeskusteluun kuusi lastentarhanopettajaa Vanttilan päiväkodista niin, että jokainen lasten ikäryhmä on edustettuina. Hienoa olisi jos lisäksi yksi lastentarhanopettaja voisi olla varalla, jos joku ryhmä jäsenistä jääkin pois syystä tai toisesta. Ryhmäkeskustelu kestää n 1-2 tuntia. Keskustelu tullaan nauhoittamaan. Toivoisin että ryhmäkeskustelun voisi toteuttaa teillä Vanttilan päiväkodissa, joka olisi keskusteluryhmän jäsenille helpointa. Toivon myös että lastentarhanopettajat saisivat luvallanne osallistua tutkimukseen työajalla, Teille sopivana ajankohtana. Toivottavasti tämä on Teidän mielestänne sopiva järjestely.

Tutkimukseen osallistuminen on lastentarhanopettajille vapaaehtoista ja osallistumisen voi keskeyttää halutessaan. Tutkimustulos esitetään siten, että osallistujan henkilöllisyyttä ei voi tunnistaa. Jotta saisin tutkimukseeni tarvittavan määrän aineistoa toivoisin, että Teidän avullanne saisin mukaan ryhmäkeskusteluun kuusi lastentarhanopettajaa. Tulen olemaan Teihin yhteydessä muutaman päivän kuluessa jotta voimme keskustella aiheesta enemmän ja mahdollisesti jo tässä vaiheessa saisin ryhmäkeskusteluun osallistuvien lastentarhanopettajien nimet. Jokainen ryhmäkeskustelun jäsen tulee saamaan oman kirjeen, joka sisältää lyhyesti tietoa tutkimuksestani. Tutkimuksen valmistuttua jaan sen mielelläni kanssanne.

Ystävällisin terveisin,

Micaela Pohjola

puh. s-posti:

Voitte myös halutessanne ottaa yhteyttä lopputyötäni ohjaavaan opettajaan fil.tri. Elinor Silius-Ahoseen, s-posti:

BILAGA 3 BREV TILL GRUPPMEDLEMMARNA

Opinnäytetyö –tutkimus Vanttilan päiväkodissa

Tervetuloa ja kiitos että osallistutte kvalitatiiviseen tutkimukseen, jonka tekee ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon sosiaalialan opiskelija Micaela Pohjola Arcadasta. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää miten varhaiskasvatuksen pedagogit tukevat lasten kokonaiskehitystä arjessa liikkumisen avulla, leikin kautta. Tutkimuksen pääpainopiste on pedagoginen näkökulma lasten liikkumisen tukemisessa arkisissa tilanteissa. Toivon tutkimuksen auttavan ja innostavan varhaiskasvatuksen henkilökuntaa tukemaan lasten liikkumista arjessa.

Tutkimus toteutetaan ryhmäkeskusteluna ja minua kiinnostaa jokaisen mielipide haastattelutilanteessa. Toivonkin että keskustelu on vilkasta ja mielipiteitä vaihdetaan. Haastattelu tullaan nauhoittamaan ja tulen tekemään myös muistiinpanoja, helpottamaan jälkikäteen tapahtuvaa haastattelun puhtaaksikirjoitusta. Tutkimustuloksissa osallistujia kutsutaan kirjaimilla A, B, C jne. eikä nimillä. Osallistujalla on täysi itsemäärämisoikeus olla vastaamatta mihin tahansa kysymykseen tai voi poistua paikalta niin halutessaan. Tällä tutkimuksella saatuja tietoja käsittelevät vain tämän opinnäytetyön tekemiseen osallistuvat henkilöt salassapitovelvollisina. Tutkimuksen valmistuttua hävitän kaiken kirjallisen ja nauhoitetun materiaalin. Tutkimuslupa minulle on myönnetty sekä koululta että Espoon kaupungilta.

Toivoisin, että tutustuisitte oheiseen suostumuslomakkeeseen sekä täyttäisitte ja allekirjoittaisitte sen tullessanne haastattelutilanteeseen. Ryhmäkeskustelu tullaan toteuttamaan perjantaina 7.2.2014 klo 9.15-11 työpaikallanne Vanttilan päiväkodissa.

Mikäli Teillä on kysyttävää, vastaan mielelläni puhelimitse () tai sähköpostitse () kysymyksiinne. Voitte halutessanne myös olla yhteydessä ohjaavaan opettajaani fil.tri. Ellinor Silius-Ahoseen ().

Ystävällisin terveisin,
Micaela Pohjola

BILAGA 4 INFORMERAT SAMTYCKE OCH BAKGRUNDSINFORMATION

Suostumus

Ryhmäkeskusteluun osallistuva henkilö suostuu siihen, että kaikkea tutkimustapahtumassa nauhoitettua audiomateriaalia ja muistiinpanoja voidaan käyttää tämän opinnäytetyön tekemiseen. Osallistujalla on täysi itsemäärämisoikeus olla vastaamatta mihin tahansa kysymykseen tai voi poistua paikalta niin halutessaan. Tällä tutkimuksella saatuja tietoja käsittelevät vain tämän opinnäytetyön tekemiseen osallistuvat henkilöt salassapitovelvollisina. Tutkimustulos esitetään siten, että osallistujan henkilöllisyyttä ei voida tunnistaa.

Paikka ja aika

Nimi

Taustatiedot

Nämä tiedot auttavat ryhmäkeskustelussa kerätyn informaation analysoinnissa

Etunimi: _____

Kirjainkoodi (haastattelija täyttää) _____

Koulutus: _____

Valmistumisvuosi: _____

Ammatillinen lisäkoulutus: _____

Ikäryhmä: 18-25 26-35 36-45 46-55 56-65 66-75

BILAGA 5 URSPRUNGLIGA CITATEN

Sida 47:

”Joo, ja jos yleisesti on se et ei saa tehdä, älä heitä, älä juokse, niin täällä saa juosta ja saa heittää palloa ja potkia.”

”Munkin mielestä aikuisten oma asenne ja sit et on sitä tilaa, on ehkä ne pääasiat.”

Sida 48:

”Mahdollisimman vähän kieltoja.”

”Joo, just se aikuisten asenne.”

”Ja liikkuminen tuottaa meteliä, kuinka paljon sitä sit hyväksytään et on enemmän ääntä kuin sellaisessa toisenlaisessa ympäristössä.”

”Jos ajatellaan yleisesti noita sääntöjä niin jossain päiväkodeissa se on ennemminkin ei saa juosta, ei saa tehdä, varmaankin se turvallisuus näkökulma ja tila mutta varmaankin paljon se aikuisten asenne. Se niinku luo niitä sääntöjä, onko se sitten kokemuksen puute siitä tai oma ajatusmaailma tai se et no miks ei vois juosta käytävällä tai hyppiä tai liikkua, et kyll paljon pystyy liikkua myös turvallisesti.”

”Niin et ehkä haasteena on se vanhempien ajatusmaailma tai sen asenteen muuttaminen.”

Sida 49:

”Olen kuullut vanhemmalta sellaisen kommentin että en anna sen kävellä, kun sillä on uudet kengät ja sit istutetaan se siellä rattaissa.”

Sida 50:

”Mä itse asiassa vedin tossa aamujumpan, kun oli aamupiiri, Et tuli ihan ittellekki hiki kun vaan hyppi ja pomppi, mutta siis meillä on liikuntaa piireissä tosi paljon, ehkä ruokapiirissä vähemmän, se on ehkä vähän sellanen rauhottumisen hetki. varsinkin aamuisin lähetään liikkeelle liikkuen.”

Sida 51:

"Sellanen turha odottaminen, jonottaminen, se on niinku sitä kautta jääny pois et siihen annetaan tekemistä."

"Erilaista materiaalia mitä lapset voi ite ottaa ja omaehtoisesti rakennella ja tehdä."

"Pitää löytää niitä ideoita mistä ite innostuu ja jolla saa innostumaan ne lapset."

Sida 52:

"Mun mielestäön kans tärkeetä se oma esimerkki et lähet myös iteki tonne liikkumaan ja uskallat myös itekin mennä tonne luistelemaan tai hyppimään, pidät jumppaa etkä vaan kökötä siellä, vaan oikeesti innostat niitä lapsia, se on myös tärkeetä, yks tärkeimmistä asioista."

"Tuo sellasen hyvän fiiliksen et jes ja mä olen onnistunu ehkä jossain."

"Niin, saman asian voi siis tehdä monella tavalla, voi tehdä ohjaajan tavalla tai kunhan maaliin päästään niin..."

Sida 53:

"Eilen ne leikki lentokoneita, ne lähti tota kiitoradalle lumikasan päältä, kun siinä yks keksi leikin ja sit siihen tulee toinen ja kolmas ja neljäs ja se aikuisen tehtävä oli siinä kohtaa vaan sanoa että Punainen salama ja sit lähtee Punanen salama lentoon ja sit yks keksi et se menee rikki ja toisten pitää korjata se."

Sida 54:

"Keskusteluissa käydään, siel on osa motoriikkaa, käydään vanhempien kanssa et mitä he voi esimerkiks millä tavalla voi kehittää tasapainoa, joillekki voidaan antaa jotakin vinkkejä et käykää metsässä ja vastalähtöisesti katsotaan et kelläkin on minkälaisia tarpeita, koskaan ei ole vielä tarvinnu sanoa et älkää liikkuko noin paljon."

Sida 57:

"Niinku talvella luonnossa lapset liikkuu ni olis kaikki mahdolliset kukkulat mistä vois tulla sitten mäen alas."

"Jos se olis sellanen jokapäiväinen asia ni se pitäis olla jo luotuna sinne pihaan."

"Tässä pihassa on mahtavaa että on toi kehäpiha et saa vähän sitä metsän tuntumaa."

Sida 58:

"On se tietenkin asenteesta paljon kiinni mut totta kai pitää olla sitä tilaa."

"Tilat on tehty sellasiks et ne kiinnostaa ja mahdollistaa."

"Tosi monipuolisesti, ja lapset voi itekin niinku, itsenäisesti harjoittaa sitä liikkumista, just et rakentelee niitä paloja ja sit liikkuu."

"Tilat ja välineet mahdollistaa ehdottomasti sitä että lapset myös vapaassa leikissä liikkuvat tosi paljon."

Sida 59:

"Ja se et välineistö on vapaasti käytettävissä, ei ole missään lukkojen takana vaan se on niinku tarjolla."

Sida 60:

"En näe omienkaan lasten kautta sellasta laumaa lapsia jotka iltaisin leikkis ulkona jossa niinku lapsi liikuttaa toista automaattisesti, joskus jopa enemmän kuin ohjatussa liikunnassa."

"Onko vanhemmilla se ajatus siitä että liikutaan, niin lähteeks se siitä että nyt sun pitää harrastaa jalkapallo, ja sun pitää mennä salibändiin ja sun pitää mennä sinne tänne, täytyy olla jotain seuratoimintaa. Ja unohtuu ehkä se että liikkuminen voi olla sitä että menet kavereiden kanssa pihalle leikkimään, et sekin on liikuntaa."

BILAGA 6 EXEMPEL PÅ ANALYSEN

